

PLANTAS MEDICINAIS

Conhecendo algumas espécies

Bettina Monika Ruppelt
Carina Kozera
Patrícia da Costa Zonetti
Roberta Paulert
Suzana Stefanello

PLANTAS MEDICINAIS

Conhecendo algumas espécies



Reitor

Ricardo Marcelo Fonseca

Vice-Reitora

Graciela Inês Bolzón de Muniz

Pró-Reitor de Extensão e Cultura

Leandro Franklin Gorsdorf

Diretor da Editora UFPR

Rodrigo Tadeu Gonçalves

Vice-Diretor da Editora UFPR

Alexandre Nodari

Conselho Editorial que Aprovou este Livro

Allan Valenza da Silveira

Alzir Felipe Buffara Antunes

Angela Couto Machado Fonseca

Claudio José Barros de Carvalho

Eleusis Ronconi de Nazareno

Emerson Jucoski

Fabio Meurer

Fabricio Schwanz da Silva

José Carlos Cifuentes

Kádima Nayara Teixeira

Marcos Alexandre dos Santos Ferraz

Sibilla Batista da Luz França

PLANTAS MEDICINAIS

Conhecendo algumas espécies

Bettina Monika Ruppelt

Carina Kozera

Patricia da Costa Zonetti

Roberta Paulert

Suzana Stefanello

© Bettina Monika Ruppelt, Carina Kozera, Patricia da Costa Zonetti,
Roberta Paulert e Suzana Stefanello



PLANTAS MEDICINAIS

Conhecendo algumas espécies

Coordenação editorial

Rachel Cristina Pavim

Revisão

Camila Cesário Lérco

Revisão final

Autoras

Projeto gráfico, capa e editoração eletrônica

Rachel Cristina Pavim

Fotos

Carina Kozera

Série Pesquisa, n. 353

Universidade Federal do Paraná. Sistema de Bibliotecas.
Biblioteca Central. Coordenação de Processos Técnicos.

P713 Plantas medicinais: conhecendo algumas espécies / Bettina
Monika Ruppelt... [et al.]. – [Curitiba]: Ed. UFPR, 2020.
134 p.: il., color.; 22 cm. – (Série pesquisa, n. 353).

Inclui referências (p. 111-125) e glossário.
ISBN 978-85-8480-165-7. (impresso)

1. Plantas medicinais. 2. Matéria médica vegetal. 3. Ervas
- Uso terapêutico. 4. Fitoterapia. I. Ruppelt, Bettina Monika,
1964-. II. Título. III. Série.

CDD: 581.634

CDU: 633.88(81)

Bibliotecário: Arthur Leitis Junior - CRB 9/1548

ISBN 978-65-87448-22-0

Ref. 1010

Direitos desta edição reservados à

Editora UFPR

Rua Ubaldino do Amaral, 321
80060-195 – Curitiba – Paraná – Brasil
www.editora.ufpr.br
editora@ufpr.br

2020





ALECRIM-PIMENTA (*Lippia origanoides* Kunth)

SUMÁRIO

LISTA DE AUTORAS / 11

PREFÁCIO / 15

AGRADECIMENTOS / 17

PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS NA REGIÃO OESTE DO PARANÁ / 21

INFORMAÇÕES BOTÂNICAS E ORIENTAÇÕES GERAIS SOBRE O USO DE
ALGUMAS ESPÉCIES MEDICINAIS / 29

AÇAFRÃO / 31

AGRIÃO-DO-PARÁ / 33

ALECRIM-PIMENTA / 35

ALFAVACA-ANIS / 37

ALFAVACA-CRAVO / 39

AROEIRA / 41

BÁLSAMO / 43

BELDROEGA / 45

BURRITO / 47

CANA-DO-BREJO / 49

CATINGA-DE-MULATA / 51

CHAMBÁ / 53

CIPÓ-INSULINA / 55

DENTE-DE-LEÃO / 57

ERVA-BALEEIRA / 59

ERVA-DE-BICHO / 61

ESTÉVIA / 63

FOLHA-DA-FORTUNA / 65

FOLHA-DE-SENE / 67

GERVÃO / 69

GIRASSOL-SELVAGEM / 71

GOIABA / 73

GROSELHA / 75

INFALIVINA / 77

JAMBOLÃO / 79

LÁGRIMA-DE-NOSSA-SENHORA / 81

MALVARISCO / 83

MERTIOLATE / 85

MIRRA / 87

MORINGA / 89

PANACEIA / 91

PITANGA / 93

POEJO / 95

PULMONÁRIA / 97

ROMÃ / 99

SABUGUEIRO / 101

SETE-SANGRIAS / 103

TOMILHO / 105

VIOLA / 107

ZEDOÁRIA / 109

REFERÊNCIAS / 111

GLOSSÁRIO / 127

ANEXO I / 131



VIOLA (*Viola odorata* L.)

LISTA DE AUTORAS

Bettina Monika Ruppelt

Farmacêutica industrial graduada pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, possui mestrado em Ciências Biológicas, na área de Farmacologia e Terapêutica Experimental, e doutorado em Química de Produtos Naturais, ambas as pós-graduações feitas na Universidade Federal do Rio de Janeiro. Foi docente da Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina, de 1997 a abril de 2018. Atualmente é docente da Universidade Federal Fluminense, Niterói – RJ.

Carina Kozera

Bióloga graduada pela Universidade Federal do Paraná, possui mestrado em Botânica pela Universidade Estadual de Campinas e doutorado em Engenharia Florestal, na área de Conservação da Natureza, pela Universidade Federal do Paraná. Atualmente é docente do curso de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina.

Patricia da Costa Zonetti

Bióloga graduada pela Universidade Estadual de Maringá, possui mestrado em Agronomia, na área de Sistemas de Produção, pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho e doutorado em Agronomia, na área de Produção Vegetal, pela Universidade Estadual de Maringá. Atualmente é docente dos cursos de Agronomia e de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina.

Roberta Paulert

Graduada em Farmácia e Análises Clínicas pela Universidade Federal de Santa Catarina, possui mestrado em Biotecnologia pela Universidade Federal de Santa Catarina e doutorado em Bioquímica e Biotecnologia de Plantas pela Westfälische Wilhelms Universität Münster, na Alemanha. Atualmente é docente dos cursos de Engenharia de Bioprocessos e Biotecnologia, Agronomia e Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina.

Suzana Stefanello

Bióloga graduada pela Universidade Federal de Santa Maria, possui mestrado em Recursos Genéticos Vegetais pela Universidade Federal de Santa Catarina e doutorado em Genética e Melhoramento pela Universidade Estadual de Maringá. Atualmente é docente dos cursos de Ciências Biológicas e Agronomia da Universidade Federal do Paraná, Setor Palotina.





AGRIÃO-DO-PARÁ (*Acemella oleracea* (L.) R. K. Jansen)

PREFÁCIO

As plantas medicinais vêm sendo utilizadas há muito tempo na medicina popular para a prevenção e auxílio no tratamento de doenças. Sabe-se, no entanto, que o seu uso incorreto pode ser prejudicial para a saúde.

Com o intuito de divulgar informações na Região Oeste do Paraná sobre essas plantas, desde a sua correta identificação, suas principais formas de cultivo e de preparo, até suas finalidades terapêuticas, surgiram, em 1996, as primeiras atividades de extensão universitária com elas, na Universidade Federal do Paraná (UFPR), Setor Palotina, elaboradas e coordenadas pela professora Dra. Bettina Monika Ruppelt.

Inicialmente, foram atendidos moradores de vilas rurais, depois houve uma capacitação de profissionais de saúde, de pastorais e de agentes comunitários de saúde em 15 municípios da Bacia do Rio Paraná III. Por fim, foram atendidas as escolas e o Centro de Estudos do Menor e Integração na Comunidade, instituição municipal que era mantida pelo Serviço de Obras Sociais de Palotina e que tinha como finalidade a recepção de famílias com fragilidade social, por meio de um Programa de Apoio Socioeducativo.

Em 2010, devido à demanda de novos projetos, foi criado o Programa de Extensão Universitária “Plantas Medicinais” e, nesse período, alguns docentes que ingressaram no Setor Palotina para atender os novos cursos estabelecidos começaram a participar das atividades extensionistas, entre eles as professoras Carina Kozera, Patricia da Costa Zonetti, Roberta Paulert e Suzana Stefanello. Nessa oportunidade, foram elaborados outros projetos, como o de divulgação de dados por meio de um programa de rádio, o de ações direcionadas às zeladoras da universidade e de escolas e o projeto voltado às mulheres dos clubes de mães do município, além de um de resgate de receitas caseiras com o uso de plantas medicinais.

Em adição aos novos projetos, nos últimos anos também foram confeccionados produtos com o tema plantas medicinais. Todos foram distribuídos gratuitamente e foram feitos com recursos obtidos por meio de editais. Foram criados jogos didáticos (bingo, quebra-cabeça, supertrunfo, jogo da memória); pôlderes e cartazes com imagens e conteúdos sobre diferentes espécies; cartilha com jogos e entretenimento; ímãs de geladeira; e calendários. Além disso, em 2015 foi publicado pela Editora UFPR o livro



Plantas Medicinais Utilizadas na Região Oeste do Paraná, elaborado pelas professoras do Programa Plantas Medicinais e que contém esclarecimentos sobre os principais cuidados com o cultivo, coleta, secagem, armazenagem, preparo e formas de uso das plantas medicinais e a descrição de 43 espécies, acompanhada de imagens e orientações.

No ano de 2018 foi festejado mais um aniversário do Programa de Extensão Plantas Medicinais e, em comemoração aos 22 anos de atividades voltadas à comunidade, entre outras ações, começou a ser preparada esta obra, que dá seguimento ao título mencionado. Aqui trazemos a descrição de outras 40 espécies, também utilizadas no tratamento de diversas enfermidades. O interesse demonstrado pelas pessoas que receberam o livro anterior, a possibilidade de levar informações à comunidade e o intenso desejo de continuar a contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas foram os elementos motivadores desta nova publicação.

Professoras do Programa Plantas Medicinais



AGRADECIMENTOS

Todas as atividades extensionistas do Programa Plantas Medicinais realizadas nos últimos 23 anos oportunizaram a participação de dezenas de alunos, professores e diferentes grupos-parceiros. Além disso, por meio das ações realizadas, foi possível levar o conhecimento sobre as plantas medicinais à comunidade escolar, às vilas rurais, aos clubes de mães, aos pacientes do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) e do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), às feiras agropecuárias e a outros eventos regionais, proporcionando uma intensa troca de saberes. Todas as experiências vivenciadas refletem o empenho das professoras e alunos do Programa em atender a comunidade, aproximando-a da universidade, agregando valores e conhecimentos a todos os envolvidos.

Foram fundamentais, nessa caminhada, os apoios recebidos de diferentes instituições, às quais as integrantes do Programa são muito gratas.

As autoras agradecem ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela concessão de apoio financeiro para a impressão de materiais, possibilitando a popularização da ciência, e à Fundação Araucária pelas bolsas institucionais, que permitiram o auxílio aos alunos.

Às cooperativas locais, especialmente a C. Vale Cooperativa Agroindustrial, e à Prefeitura Municipal de Palotina, pela parceria em eventos regionais e pelo apoio em todas as atividades realizadas.

À Itaipu Binacional, através do Programa Cultivando Água Boa, ao Projeto Plantas Medicinais e ao Comitê Gestor de Plantas Medicinais da Bacia do Rio Paraná III, pelo apoio aos projetos desenvolvidos e pela troca de experiências e conhecimentos.

Ao Ministério da Educação (Mec), através dos editais PROEXT.

À Universidade Federal do Paraná (UFPR), por meio da Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PROEC) e da Coordenadoria de Extensão (COEX), pelo apoio e incentivo constantes em todas as atividades de extensão desenvolvidas pelo Programa Plantas Medicinais. Também agradecem pelas bolsas institucionais concedidas aos alunos de graduação dos vários cursos da universidade e pelos recursos, via editais, do Fundo de Desenvolvimento Acadêmico (FDA).



À direção da UFPR do Setor Palotina, pelo apoio e incentivo em todas as atividades de extensão desenvolvidas, especialmente no que tange à doação de uma estufa para o cultivo das mudas, à cessão de um espaço na área do *campus* para o horto de plantas medicinais e à permissão de uso de veículos em eventos regionais e em ações realizadas.

Ao professor Carlos Vellozo Roderjan, do Setor de Ciências Agrárias da UFPR, por elaborar o logotipo do Programa Plantas Medicinais, que é adotado, desde 2012, nas atividades extensionistas. A planta-símbolo é utilizada como medicinal e é nativa das florestas da Região Oeste do Paraná. Pode ser facilmente reconhecida por possuir flores brancas e pelo formato de suas folhas, que lembra o da pata de uma vaca – daí o seu nome popular “pata-de-vaca” (*Bauhinia forficata* Link).

Por fim, gostaríamos de fazer um agradecimento especial aos alunos dos diferentes cursos de graduação da UFPR do Setor Palotina que se dedicaram e se dedicam, com compromisso e seriedade, às atividades de extensão dos vários projetos do Programa Plantas Medicinais. A continuidade das atividades nos últimos anos, buscando contribuir para a melhoria da qualidade de vida da comunidade, só foi e vem sendo possível com a participação de cada um de vocês.

Professoras do Programa Plantas Medicinais





ESTÉVIA (*Stevia rebaudiana* (Bertoni) Bertoni)

PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS NA REGIÃO OESTE DO PARANÁ

Carina Kozera

Para a composição deste livro, foram selecionadas outras 40 espécies (Quadro 1), frequentemente citadas pelos diferentes públicos atendidos durante a realização das atividades do Programa de Extensão Plantas Medicinais. Entre este público estão mulheres de clubes de mães, zeladoras da Universidade Federal do Paraná e de escolas da rede pública municipal e estadual de Palotina, produtores rurais e visitantes de feiras agropecuárias, que cultivam as espécies em casa e/ou as utilizam para diferentes finalidades. Algumas das espécies também foram escolhidas porque, mais recentemente, passaram a ser cultivadas no Horto de Plantas Medicinais e Aromáticas da universidade, no Setor Palotina.

Algumas das espécies aqui apresentadas, além de serem utilizadas como plantas medicinais, chamam a atenção e despertam a curiosidade por possuírem algumas características bem particulares. A pulmonária (*Stachys byzantina*), por exemplo, tem uma intensa pilosidade acinzentada nas folhas, que lhe confere um aspecto macio, semelhante à sensação que se tem quando é acariciado o corpo de um animal, como um coelho ou cachorro, de pelos finos. Outra espécie curiosa é a alfavaca-cravo (*Ocimum gratissimum*), que recebeu esse nome popular pelo cheiro das suas folhas. Estas, quando amassadas, exalam um perfume muito parecido com o do cravo, que é empregado como especiaria em diversas receitas. A estêvia (*Stevia rebaudiana*) surpreende pelo sabor adocicado de suas folhas, quando mastigadas ainda frescas, que parecem ter sido adoçadas. Outra planta notável é o burrito (*Aloysia polystachya*), uma espécie arbustiva que é bastante consumida na Região Oeste do Paraná em épocas de intenso calor. As folhas da planta são misturadas às da erva-mate, comercializada moída grosseiramente, e consumidas com água gelada, na forma de uma bebida tradicional conhecida como tererê. O burrito concede a essa mistura um sabor muito agradável, mentolado, que lembra o da hortelã, mas de maior intensidade. Além disso, outra característica interessante dessa planta se refere aos seus



ramos, que crescem pendendo em direção ao solo e que, ao tocá-lo e assim permanecendo, emitem novas raízes, originando novas plantas. Essas são apenas algumas das espécies que poderão ser conhecidas a partir da leitura desta obra. Outras ainda surpreenderão, ou pela possibilidade de uso culinário, como a moringa (*Moringa oleifera*), parte do grupo de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs), ou pelos fins paisagísticos, como a cana-do-brejo (*Costus spicatus*).

Quanto à organização deste título, optou-se por manter o formato adotado no anterior, em que constam 43 espécies (Quadro 2). Da mesma maneira, os textos aqui apresentados são objetivos e contêm uma breve descrição das espécies, com dados sobre sua origem, forma de vida (árvore, arbusto, herbácea, trepadeira), morfologia geral (formas das folhas e das flores), finalidade medicinal (principais partes da planta utilizadas), modo de uso (algumas citações) e contraindicações. Há ainda o item “informações adicionais”, em que são mencionados outros aspectos, não relacionados ao uso medicinal, como, por exemplo, as possíveis formas de propagação (se por estacas, sementes, etc.), os aspectos agrônômicos (se invasora, de crescimento à meia-sombra, etc.), os nomes de outras espécies conhecidas pelo mesmo nome popular que o da planta em questão e a indicação para uso (como planta ornamental ou frutífera; para arborização).

Deve-se ressaltar que o conteúdo aqui abordado se fundamenta exclusivamente na pesquisa bibliográfica realizada com base em artigos científicos, em publicações da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e em livros relacionados às plantas medicinais ou à área da saúde. Não constitui pesquisa obtida a partir de entrevistas sobre o uso popular ou tradicional dessas plantas, tampouco é resultado de experimentos científicos desenvolvidos na Universidade Federal do Paraná. Apesar desse cuidado, recomenda-se que o uso das plantas medicinais seja feito com acompanhamento médico, já que a finalidade deste trabalho é apenas informativa e algumas das espécies, apesar de bem conhecidas, não possuem comprovação científica em relação ao seu emprego medicinal.

A respeito do aspecto taxonômico, utilizou-se, para a classificação das famílias botânicas, o sistema do Angiosperm Phylogeny Group (APG IV, 2016). Também foi realizado um levantamento referente aos nomes científicos anteriormente empregados na identificação de algumas espécies listadas no trabalho (Anexo I). Esses nomes, denominados de sinônimos ou sinonímias, existem pelo fato de algumas dessas espécies terem recebido mais de uma designação, porque foram descritas por diferentes pesquisa-



dores ao longo do tempo. Eventualmente, o leitor poderá encontrá-los em livros ou em publicações anteriores sobre plantas medicinais. A revisão da nomenclatura foi feita com base nos bancos de dados do Jardim Botânico do Rio de Janeiro, através do *site* Flora do Brasil, do Missouri Botanical Garden e do The Plant List (2013).

O *site* Flora do Brasil constitui atualmente uma das melhores fontes de consulta sobre a nomenclatura das espécies brasileiras de algas, fungos e plantas. Além dessas informações, também nele podemos encontrar dados sobre a distribuição dessas espécies ao longo do Brasil, as tipologias vegetais nas quais podem ser achadas, se são nativas, exóticas, endêmicas ou naturalizadas e bibliografias complementares.

Outro *site* com informações diversas, entre elas algumas relacionadas às plantas medicinais, que pode ser consultado de forma complementar, é o da ANVISA (<http://portal.anvisa.gov.br>). Tal órgão, na tentativa de contribuir com dados corretos e acessíveis sobre plantas medicinais e produtos fitoterápicos no Brasil, elaborou manuais, de modo a formalizar essas questões e a informar as pessoas sobre elas. Os manuais estão disponíveis gratuitamente para *download*, compartilham itens específicos sobre o uso de algumas espécies medicinais e fornecem orientações para esclarecer as principais dúvidas.

Para ilustrar as espécies analisadas, algumas imagens são trazidas, que foram obtidas de plantas cultivadas nos canteiros do Horto do Setor Palotina, da UFPR, ou em residências. O objetivo dessa forma de apresentação do material é possibilitar que o leitor verifique se a planta que possui, para o tratamento de algum problema de saúde, é, de fato, aquela que foi descrita, evitando o uso de outras que tenham, coincidentemente, o mesmo nome popular daquela que pretende utilizar, o que poderia acarretar-lhe problemas de saúde. Para a não ocorrência desse tipo de transtorno, ressalta-se que, antes do emprego de qualquer planta medicinal, seja feita sempre uma conferência do seu nome científico, que é universal, ou seja, igual em todas as partes do mundo, e ainda, se possível, uma comparação com imagens ou figuras de livros técnico-científicos. A escolha pela associação das imagens aos textos teve a intenção de deixá-los mais leves e agradáveis no momento da leitura e de estabelecer uma correspondência direta entre as informações que constam no livro e a planta fotografada na natureza.

Abaixo seguem dois quadros. O primeiro traz as espécies descritas nesta obra (Quadro 1), e o segundo (Quadro 2) expõe as espécies que foram apresentadas no livro anterior. Caso o leitor tenha interesse em conhecer as espécies



anteriormente publicadas, poderá fazer o *download* do livro, gratuitamente, a partir do endereço <http://www.palotina.ufpr.br/portal/plantas-medicinais/>.

QUADRO 1 – LISTA DAS ESPÉCIES DESCRITAS NESTE LIVRO, ACOMPANHADAS DO NOME CIENTÍFICO E DA RESPECTIVA FAMÍLIA BOTÂNICA, SEGUNDO O SISTEMA DO APG IV (2016)

| | NOME POPULAR | FAMÍLIA BOTÂNICA | NOME CIENTÍFICO |
|----|--------------------------------|------------------|---|
| 1 | Açafrão ² | Zingiberaceae | <i>Curcuma longa</i> L. |
| 2 | Agrião-do-pará | Asteraceae | <i>Acmella oleracea</i> (L.) R. K. Jansen |
| 3 | Alecrim-pimenta ^{1,2} | Verbenaceae | <i>Lippia origanoides</i> Kunth |
| 4 | Alfavaca-anis | Lamiaceae | <i>Ocimum carnosum</i> (Spreng.) Link & Otto ex Benth. |
| 5 | Alfavaca-cravo | Lamiaceae | <i>Ocimum gratissimum</i> L. |
| 6 | Aroeira ^{1,2} | Anacardiaceae | <i>Schinus terebinthifolia</i> Raddi |
| 7 | Bálsamo | Crassulaceae | <i>Sedum praealtum</i> A. DC. |
| 8 | Beldroega ¹ | Portulacaceae | <i>Portulaca oleracea</i> L. |
| 9 | Burrito | Lamiaceae | <i>Aloysia polystachya</i> (Griseb.) Moldenke |
| 10 | Cana-do-brejo | Costaceae | <i>Costus spicatus</i> (Jacq.) Sw. |
| 11 | Catinga-de-mulata | Asteraceae | <i>Tanacetum vulgare</i> L. |
| 12 | Chambá ^{1,2} | Acanthaceae | <i>Justicia pectoralis</i> Jacq. |
| 13 | Cipó-insulina ¹ | Vitaceae | <i>Cissus verticillata</i> (L.) Nicolson & C. E. Jarvis |
| 14 | Dente-de-leão ² | Asteraceae | <i>Taraxacum officinale</i> F. H. Wigg. |
| 15 | Erva-baleeira ^{1,2} | Boraginaceae | <i>Varronia curassavica</i> Jacq. |
| 16 | Erva-de-bicho ¹ | Polygonaceae | <i>Polygonum persicaria</i> L. |
| 17 | Estévia ¹ | Asteraceae | <i>Stevia rebaudiana</i> (Bertonii) Bertonii |
| 18 | Folha-da-fortuna | Crassulaceae | <i>Kalanchoe pinnata</i> (Lam.) Pers. |
| 19 | Folha-de-sene | Fabaceae | <i>Senna corymbosa</i> (Lam.) H. S. Irwin & Barneby |
| 20 | Gervão | Verbenaceae | <i>Stachytarpheta cayennensis</i> (Rich.) Vahl |
| 21 | Girassol-selvagem | Asteraceae | <i>Tithonia diversifolia</i> (Hemsl.) A. Gray |
| 22 | Goiaba | Myrtaceae | <i>Psidium guajava</i> L. |
| 23 | Groselha | Malvaceae | <i>Hibiscus sabdariffa</i> L. |
| 24 | Infalivina ¹ | Asteraceae | <i>Calea pinnatifida</i> (R. Br.) Less. |
| 25 | Jambolão | Myrtaceae | <i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels |
| 26 | Lágrima-de-nossa-senhora | Poaceae | <i>Coix lacryma-jobi</i> L. |
| 27 | Malvarisco | Lamiaceae | <i>Plectranthus amboinicus</i> (Lour.) Spreng. |
| 28 | Mertiolate | Euphorbiaceae | <i>Jatropha multifida</i> L. |
| 29 | Mirra | Lamiaceae | <i>Tetradenia riparia</i> (Hochst.) Codd |
| 30 | Moringa | Moringaceae | <i>Moringa oleifera</i> Lam. |

continua



QUADRO 1 – LISTA DAS ESPÉCIES DESCRITAS NESTE LIVRO, ACOMPANHADAS DO NOME CIENTÍFICO E DA RESPECTIVA FAMÍLIA BOTÂNICA, SEGUNDO O SISTEMA DO APG IV (2016)

conclusão

| | NOME POPULAR | FAMÍLIA BOTÂNICA | NOME CIENTÍFICO |
|----|----------------------------|------------------|---|
| 31 | Panaceia ¹ | Solanaceae | <i>Solanum cernuum</i> Vell. |
| 32 | Pitanga ¹ | Myrtaceae | <i>Eugenia uniflora</i> L. |
| 33 | Poejo | Lamiaceae | <i>Mentha pulegium</i> L. |
| 34 | Pulmonária | Lamiaceae | <i>Stachys byzantina</i> K. Koch |
| 35 | Romã ² | Lythraceae | <i>Punica granatum</i> L. |
| 36 | Sabugueiro ^{1,2} | Adoxaceae | <i>Sambucus australis</i> Cham. & Schltdl. |
| 37 | Sete-sangrias ¹ | Lythraceae | <i>Cuphea carthagenensis</i> (Jacq.) J. F. Macbr. |
| 38 | Tomilho | Lamiaceae | <i>Thymus vulgaris</i> L. |
| 39 | Viola | Violaceae | <i>Viola odorata</i> L. |
| 40 | Zedoária | Zingiberaceae | <i>Curcuma zedoaria</i> (Christm.) Roscoe |

Fonte: As autoras.

Notas: ¹Espécie nativa do Brasil (FLORA DO BRASIL 2020..., 2017); ²Espécie de uso medicinal reconhecida pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA, 2011).

QUADRO 2 – LISTA DAS ESPÉCIES DESCRITAS NO PRIMEIRO LIVRO, *PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS NA REGIÃO OESTE DO PARANÁ*, ACOMPANHADAS DO SEU NOME CIENTÍFICO E DA SUA RESPECTIVA FAMÍLIA BOTÂNICA, SEGUNDO O SISTEMA DO APG III (2009)

| | NOME POPULAR | FAMÍLIA BOTÂNICA | NOME CIENTÍFICO |
|----|------------------------------|------------------|---|
| 1 | Alcachofra ² | Asteraceae | <i>Cynara scolymus</i> L. |
| 2 | Alecrim ² | Lamiaceae | <i>Rosmarinus officinalis</i> L. |
| 3 | Alfavaca | Lamiaceae | <i>Ocimum basilicum</i> L. |
| 4 | Alho ² | Amaryllidaceae | <i>Allium sativum</i> L. |
| 5 | Arnica ¹ | Asteraceae | <i>Solidago chilensis</i> Meyen |
| 6 | Babosa ² | Xanthorrhoeaceae | <i>Aloe vera</i> (L.) Burm. f. |
| 7 | Boldo ² | Lamiaceae | <i>Plectranthus barbatus</i> Andr. |
| 8 | Calêndula ² | Asteraceae | <i>Calendula officinalis</i> L. |
| 9 | Camomila ² | Asteraceae | <i>Chamomilla recutita</i> (L.) Rauschert |
| 10 | Capim-limão ² | Poaceae | <i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf |
| 11 | Capuchinho | Tropaeolaceae | <i>Tropaeolum majus</i> L. |
| 12 | Carqueja ^{1,2} | Asteraceae | <i>Baccharis crispa</i> Spreng. |
| 13 | Cavalinha | Equisetaceae | <i>Equisetum hyemale</i> L. |
| 14 | Centela | Apiaceae | <i>Centella asiatica</i> (L.) Urb. |
| 15 | Chapéu-de-couro ¹ | Alismataceae | <i>Echinodorus grandiflorus</i> (Cham. & Schltr.) Micheli |
| 16 | Colônia ² | Zingiberaceae | <i>Alpinia zerumbet</i> (Pers.) B. L. Burtt & R. M. Sm. |

continua



QUADRO 2 – LISTA DAS ESPÉCIES DESCRITAS NO PRIMEIRO LIVRO, *PLANTAS MEDICINAIS UTILIZADAS NA REGIÃO OESTE DO PARANÁ*, ACOMPANHADAS DO SEU NOME CIENTÍFICO E DA SUA RESPECTIVA FAMÍLIA BOTÂNICA, SEGUNDO O SISTEMA DO APG III (2009)

conclusão

| | NOME POPULAR | FAMÍLIA BOTÂNICA | NOME CIENTÍFICO |
|----|---------------------------------|------------------|---|
| 17 | Confrei ² | Boraginaceae | <i>Symphytum officinale</i> L. |
| 18 | Embaúba ¹ | Urticaceae | <i>Cecropia</i> spp. |
| 19 | Erva-cidreira ^{1,2} | Verbenaceae | <i>Lippia alba</i> (Mill.) N. E. Br. |
| 20 | Erva-doce ² | Apiaceae | <i>Pimpinella anisum</i> L. |
| 21 | Erva-luisa | Verbenaceae | <i>Aloysia citriodora</i> Palau |
| 22 | Espinheira-santa ^{1,2} | Celastraceae | <i>Maytenus ilicifolia</i> Mart. ex Reissek |
| 23 | Figatil ^{1,2} | Asteraceae | <i>Gymnanthemum amygdalinum</i> (Delile) Sch. Bip. ex Walp. |
| 24 | Funcho ² | Apiaceae | <i>Foeniculum vulgare</i> Mill. |
| 25 | Gengibre ² | Zingiberaceae | <i>Zingiber officinale</i> Roscoe |
| 26 | Ginseng-brasileiro ¹ | Amaranthaceae | <i>Pfaffia glomerata</i> (Spreng.) Pedersen |
| 27 | Guaco ^{1,2} | Asteraceae | <i>Mikania glomerata</i> Spreng. |
| 28 | Hortelã | Lamiaceae | <i>Mentha</i> spp. |
| 29 | Losna | Asteraceae | <i>Artemisia absinthium</i> L. |
| 30 | Macela ^{1,2} | Asteraceae | <i>Achyrocline satureioides</i> (Lam.) DC. |
| 31 | Malva ² | Malvaceae | <i>Malva sylvestris</i> L. |
| 32 | Manjerona | Lamiaceae | <i>Origanum majorana</i> L. |
| 33 | Melissa ² | Lamiaceae | <i>Melissa officinalis</i> L. |
| 34 | Mil-folhas ² | Asteraceae | <i>Achillea millefolium</i> L. |
| 35 | Ora-pro-nóbis ¹ | Cactaceae | <i>Pereskia aculeata</i> Mill. |
| 36 | Orégano | Lamiaceae | <i>Origanum vulgare</i> L. |
| 37 | Pariparoba ¹ | Piperaceae | <i>Piper umbellatum</i> L. |
| 38 | Pata-de-vaca ¹ | Fabaceae | <i>Bauhinia forficata</i> Link |
| 39 | Penicilina ¹ | Amaranthaceae | <i>Alternanthera brasiliana</i> (L.) Kuntze |
| 40 | Quebra-pedra ^{1,2} | Phyllanthaceae | <i>Phyllanthus niruri</i> L. |
| 41 | Sálvia ² | Lamiaceae | <i>Salvia officinalis</i> L. |
| 42 | Tansagem ² | Plantaginaceae | <i>Plantago major</i> L. |
| 43 | Urucum ¹ | Bixaceae | <i>Bixa orellana</i> L. |

Fonte: Ruppelt et al. (2015).

Notas: ¹Espécie nativa do Brasil (FLORA DO BRASIL 2020..., 2017); ²Espécie de uso medicinal reconhecida pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA, 2011).





ERVA-DE-BICHO (*Polygonum persicaria* L.)

INFORMAÇÕES BOTÂNICAS E ORIENTAÇÕES GERAIS SOBRE O USO DE ALGUMAS ESPÉCIES MEDICINAIS

Bettina Monika Ruppelt

Carina Kozera

Patricia da Costa Zonetti

Roberta Paulert

Suzana Stefanello





AÇAFRÃO

Nomes populares

Açafrão, açafrão-da-índia, açafrão-da-terra, açafroa, gengibre-amarelo, mangarataia

Nome científico

Curcuma longa L.

Família

Zingiberaceae

Descrição da planta

Espécie herbácea nativa da Índia. Folhas grandes, de superfície marcada por nervuras, que caem no inverno. Flores branco-amareladas em espigas terminais, com brácteas branco-esverdeadas. Caule do tipo rizoma. De um rizoma maior surgem outros menores e as raízes. Os rizomas têm marcas na forma de anéis e, quando cortados, têm coloração alaranjada, cheiro forte e agradável e sabor picante.

Partes da planta utilizadas

Rizomas.

Citação de uso

Utilizado por possuir propriedades anti-hepatotóxicas, para reduzir o colesterol e como anti-inflamatório. Outros estudos evidenciaram ação colerética (estímulo de secreção de bilis), sendo empregado, nesses casos, para mitigar a prisão de ventre, auxiliar na digestão e melhorar o apetite.

Formas de uso/modo de preparo

Os rizomas podem ser consumidos frescos, de 5 a 15 g por dia, em saladas ou sopas. Os mesmos efeitos podem ser obtidos com o uso de tintura preparada, deixando-se rizomas triturados em maceração em álcool de cereais, diluído com três partes de água, durante três dias ou mais. Depois desse tempo, filtra-se e utiliza-se o líquido extrativo em novas extrações. Tomar a tintura, diluindo-se 2 a 5 ml (50 a 100 gotas) em um pouco de água, uma a três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizado por gestantes, lactantes, crianças menores de dois anos, dependentes de álcool, diabéticos ou pessoas com úlceras gastroduodenais.

Informações adicionais

O rizoma também serve de alimento ou condimento. As suas folhas podem ser utilizadas na culinária para embrulhar peixes, que podem ser assim cozidos ou assados. Também é cultivado como planta ornamental.

Referências

ANVISA (2011); Araújo e Leon (2001); Babu e Srinivasan (1997); Chainani-Wu (2003); Jurenka (2009); Kinupp e Lorenzi (2014); Kiso *et al.* (1983); Lorenzi e Matos (2008).





AGRIÃO-DO-PARÁ

Nomes populares

Agrião-do-brasil, botão-de-ouro, jambu, jambuaçu

Nome científico

Acmella oleracea (L.) R. K. Jansen

Família

Asteraceae

Descrição da planta

Espécie nativa da Região Amazônica, principalmente do estado do Pará. Planta herbácea perene, rasteira ou semiereta, com ramos pendentes de 30 a 50 cm de altura. Suas folhas são membranáceas e possuem de 3 a 6 cm de comprimento. Suas flores são amarelas e estão dispostas em capítulos terminais (inflorescências).

Partes da planta utilizadas

Folhas e inflorescências.

Citação de uso

Quando as folhas e as flores são mastigadas, levam ao formigamento dos lábios e da língua, consequência de sua ação anestésica local. Assim, é usado para dor de dente, como anestésico. Também possui atividade anti-inflamatória em afecções da garganta e da boca, além de ser estimulante de apetite, utilizado para auxiliar no tratamento de anemia e para melhorar a digestão.

Formas de uso/modo de preparo

No caso de afecções da boca e da garganta, recomenda-se que se façam bochechos e gargarejos com o chá por infusão, que deve ser preparado adicionando-se 20 a 30 g de folhas e/ou flores a um litro de água fervente. Para uso interno, utiliza-se o chá por infusão ou maceração em água, sendo 20 a 30 g de folhas ou flores para cada litro de água. Em casos de anemia e de má digestão, pode ser tomado o xarope, que é preparado fervendo-se, em água, 100 g de folhas frescas com 900 g de açúcar. Recomenda-se a ingestão de três a quatro colheres de sopa por dia.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizado por gestantes e lactantes. O uso contínuo e prolongado deve ser evitado.

Informações adicionais

Planta cultivada na Região Norte do país, onde é utilizada na culinária para o preparo do “molho de tucupi”. O extrato obtido das flores apresenta efeito larvícida. Propaga-se por sementes ou ramos enraizados.

Referências

Andrade *et al.* (2013); Favoreto e Gilbert (2010); Lorenzi e Matos (2008); Ribeiro e Diniz (2008).





ALECRIM-PIMENTA

Nomes populares

Estrepa-cavalo, alecrim-do-nordeste, alecrim-bravo

Nome científico

Lippia origanoides Kunth

Família

Verbenaceae

Descrição da planta

Arbusto perene, densamente ramificado, de aproximadamente 2 a 3 m de altura. Folhas e flores aromáticas e picantes. As folhas são inteiras, de forma oval-lanceolada, com a superfície revestida por pouca pilosidade. Flores pequenas, branco-amareladas, dispostas em inflorescência.

Partes da planta utilizadas

Folhas e flores.

Citação de uso

Ação anti-inflamatória e antisséptica na cavidade oral. Para afecções da pele e do couro cabeludo. Antisséptico tópico, antimicótico e escabicida (para tratamento de sarna).

Formas de uso/modo de preparo

Para uso externo, preparar o chá por infusão usando 2 a 3 g de folhas secas (o equivalente a 2-3 colheres de chá) em 150 ml de água. Fazer banhos, bochechos e/ou gargarejos três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser usado em inalações, devido à ação irritante dos seus componentes voláteis. Não engolir o produto após o bochecho e/ou gargarejo. Pode provocar uma suave sensação de ardor na boca e alterações no paladar. Lactantes, dependentes de álcool e crianças menores de dois anos não devem utilizar.

Informações adicionais

Pode-se preparar um extrato glicólico ou sabonete líquido com função antisséptica, antimicótica e escabicida. As sementes são extremamente pequenas, dificilmente visíveis e raramente germinam.

Referências

ANVISA (2011, 2016); Lorenzi e Matos (2008); Matos e Oliveira (1998); Silva *et al.* (2010).





ALFAVACA-ANIS

Nomes populares

Alfavaca-cheiro-de-anis, alfavaquinha, elixir-paregórico, atroveran

Nome científico

Ocimum carnosum (Spreng.) Link & Otto ex Benth.

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

Espécie originária da América do Sul, encontrada nas Regiões Sul e Sudeste do Brasil. A planta é um subarbusto ereto, ramificado, de 40 a 80 cm de altura. Suas folhas são inteiras e opostas, de 4 a 7 cm de comprimento e com aroma semelhante ao do anis. As flores são brancas, pequenas e dispostas em inflorescências racemosas terminais.

Partes da planta utilizadas

Folhas e inflorescências, preferencialmente, frescas.

Citação de uso

Tem função anti-inflamatória, antidiarreica, antiespasmódica e diurética, melhora o funcionamento do estômago, intestino e vesícula biliar e auxilia na eliminação de gases, além de poder ser utilizada para mitigar problemas das vias respiratórias (tosse, gripes, resfriados e bronquites).

Formas de uso/modo de preparo

Para problemas gastrointestinais, usar o chá por infusão, que deve ser preparado despejando-se uma xícara de água fervente em uma colher (sobremesa) de folhas e de inflorescências picadas. Depois de coado, o composto deve ser ingerido duas a três vezes ao dia, pela manhã e antes das principais refeições. O xarope com o infuso acima, porém um pouco mais concentrado, deve ser preparado adicionando-se duas xícaras (chá) de açúcar e levando-se ao fogo brando até a dissolução da mistura. Deve ser utilizado para problemas das vias respiratórias. Nesse caso, deve-se tomar uma colher (sopa) duas a três vezes ao dia, reduzindo a dose pela metade para crianças.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizada em doses maiores do que as recomendadas.

Informações adicionais

Sua multiplicação ocorre tanto por sementes quanto por estacas. Desenvolve-se melhor em solos bem drenados e à meia-sombra. Também serve de repelente de insetos.

Referências

Almassy Júnior *et al.* (2013); Costa *et al.* (2009); David *et al.* (2006); Lorenzi e Matos (2008); Martins *et al.* (1997); Pereira e Moreira (2009).





ALFAVACA-CRAVO

Nomes populares

Alfavacão, manjerição-doce

Nome científico

Ocimum gratissimum L.

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

É nativa da Ásia e da África, mas cresce em todo o Brasil. Arbusto ereto, perene, de cerca de 1,5 m de altura. Possui folhas inteiras, oval-lanceoladas, de bordos denteados e de 4 a 8 cm de comprimento. As flores são pequenas e de coloração roxo-pálida. Os frutos são do tipo cápsula, pequenos e com quatro sementes. Apresenta forte aroma de cravo-da-índia.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Usada em processos inflamatórios, alergias respiratórias, resfriado, asma, como expectorante e diurético. Possui ação antisséptica local (atividade antibacteriana e antifúngica) e propriedades antioxidantes.

Formas de uso/modo de preparo

Preparar o chá por infusão usando 3 g de folhas para 150 ml de água. Preferencialmente utilizar folhas frescas, porque contêm maior quantidade de óleo essencial.

Contraindicações/cuidados

A planta não apresenta toxicidade e não foram observados efeitos adversos no fígado ou rins, mas o chá não deve ser ingerido em excesso (evitar uso prolongado e altas doses), pois pode causar hipotensão e sedação.

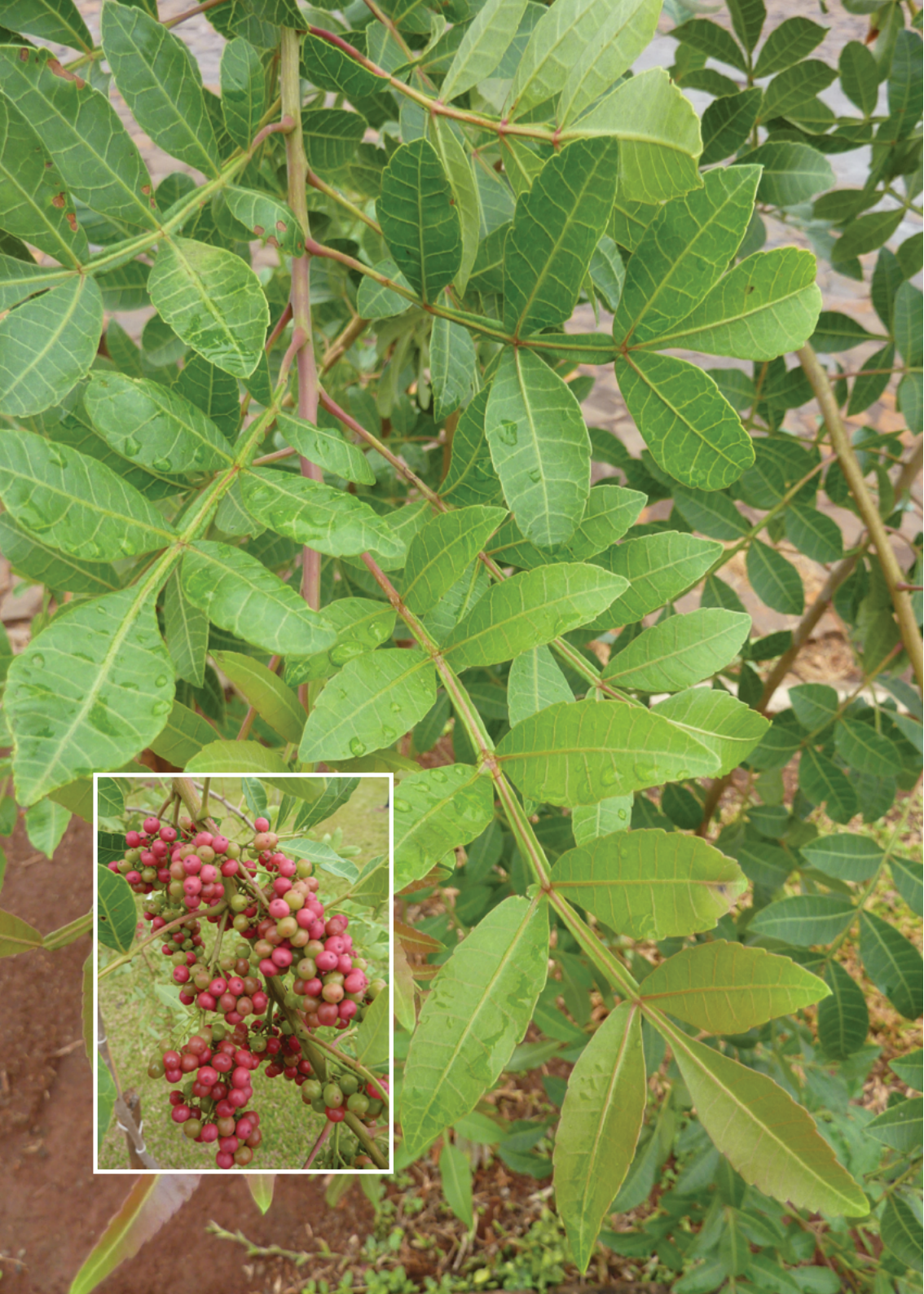
Informações adicionais

Folhas, flores e frutos secos e moídos são excelentes temperos para saladas e carnes (peixe, frango). As folhas podem ser empanadas e fritas. A planta age como larvicida e repelente de insetos. Devido às suas propriedades antifúngicas, o óleo essencial pode ser usado como agente de controle de fungos que causam doenças em plantas. Depois de secas, as folhas podem ser armazenadas em embalagens plásticas por até 9 meses. Multiplica-se por sementes ou estacas (ramos).

Referências

Ajayi *et al.* (2017); Costa *et al.* (2012); Keziah *et al.* (2015); Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Luz, Ehlert e Inneco (2009); Mohr *et al.* (2017); Nweze e Eze (2009); Ojo *et al.* (2013); Pereira e Moreira (2011); Ribeiro e Diniz (2008).





AROEIRA

Nomes populares

Aroeira-do-campo, aroeira-pimenteira, aroeira-vermelha, cambuí, pimenta-rosa

Nome científico

Schinus terebinthifolia Raddi

Família

Anacardiaceae

Descrição da planta

Nativa do Brasil, ocorre no bioma Mata Atlântica. Espécie arbórea que pode chegar a 10 m de altura, de copa larga, com tronco revestido de casca grossa. Folhas compostas de 2 a 10 pares de folíolos aromáticos de 3 a 5 cm de comprimento. Flores pequenas de coloração alva. Frutos globoides, aromáticos, adocicados, brilhantes e de cor vermelha.

Partes da planta utilizadas

Cascas, folhas e frutos.

Citação de uso

Popularmente, as cascas são usadas, na forma de cozimento (decoção), com efeito anti-inflamatório, para melhorar cicatrizações e inflamações (nas gengivas, na garganta, na pele e nas unhas) ou para auxiliar no tratamento dos tratos urinário e respiratório. Também possui propriedades antibacterianas e antifúngicas. O chá das folhas pode ser usado como diurético e para melhorar feridas e infecções. Os frutos são utilizados como diuréticos, cicatrizantes, antibacterianos e anti-inflamatórios.

Formas de uso/modo de preparo

A casca, limpa e seca (100 g), pode ser fervida em um litro de água.

Contraindicações/cuidados

Em todas as partes da planta encontram-se substâncias que podem causar dermatite alérgica em pessoas sensíveis.

Informações adicionais

A árvore é ornamental, principalmente durante o período de frutificação, e, por isso, é amplamente cultivada em ruas e praças. Suas flores são melíferas, sendo uma das espécies arbóreas mais procuradas pela avifauna. Além desse aspecto, os frutos também são utilizados como condimentos, com o nome de pimenta-rosa ou rosada.

Referências

Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi (2002); Lorenzi e Matos (2008); Muhs *et al.* (2017).





BÁLSAMO

Nomes populares

Sempre-viva, santa-polônia

Nome científico

Sedum praealtum A. DC.

Família

Crassulaceae

Descrição da planta

Erva perene de clima tropical a subtropical, com folhas inteiras e suculentas. Flores pequenas e amarelas reunidas em inflorescências terminais.

Partes da planta utilizadas

Folhas frescas.

Citação de uso

As folhas são usadas para azia e têm propriedade adstringente e ação anti-inflamatória e antioxidante. Em queimaduras, agem como cicatrizantes.

Formas de uso/modo de preparo

Para uso externo, utilizar compressas e cataplasmas preparados com o sumo das folhas. Para uso interno, misturar o sumo das folhas frescas em água gelada e ingerir.

Contraindicações/cuidados

Não foram encontrados registros na literatura consultada.

Informações adicionais

Não tolera geada. Também é cultivado, a pleno sol, como planta ornamental.

Referências

APG III (2009); Beltrán-Orozco *et al.* (2013); Camargo *et al.* (2002); Lorenzi e Souza (2008); Ribeiro e Diniz (2008); Ribeiro *et al.* (2014).





BELDROEGA

Nomes populares

Beldroega, caaponga, verdolaga, beldroega-vermelha, beldroega-da-horta, onze-horas

Nome científico

Portulaca oleracea L.

Família

Portulacaceae

Descrição da planta

Espécie de origem africana, porém naturalizada em todo o território brasileiro. Herbácea anual, com crescimento rasteiro e com ramos suculentos de coloração vermelho-rósea, chegando a 20-40 cm de comprimento. Suas folhas são suculentas, de 1 a 3 cm, aproximadamente, de comprimento. Flores pequenas e amarelas, que se abrem no período da manhã. Frutos com muitas sementes, pequenas e negras.

Partes da planta utilizadas

Ramos e folhas.

Citação de uso

Com ação sudorífica, emoliente, anti-inflamatória, diurética, vermífuga e antibacteriana. Também pode ser utilizada, internamente, contra disenteria e hemorroidas. As folhas, especialmente, são empregadas para tratar cistite, cólicas renais, queimaduras e úlceras. A infusão das folhas e ramos, aplicada sobre feridas, auxilia na cicatrização.

Formas de uso/modo de preparo

Chá por infusão de ramos e folhas.

Contraindicações/cuidados

Como a espécie cresce rasteira sobre o solo ou calçamentos, deve ser bem lavada antes do uso, para evitar contaminações.

Informações adicionais

Essa espécie cresce espontaneamente em solos agrícolas ricos em matéria orgânica. Possui algumas variedades melhoradas, que são cultivadas como ornamentais. Além do uso medicinal, seus ramos e folhas podem ser consumidos crus, em saladas, ou cozidos, na forma de refogados. Suas sementes podem ser usadas em pães da mesma forma como utilizamos as sementes de chia ou de gergelim.

Referências

Chan *et al.* (2000); Karimi, Hosseinzadeh e Ettehad (2004); Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Rashed, Afifi e Disi (2003); Uddin *et al.* (2014).





BURRITO

Nomes populares

Erva-de-burro, castelhano, tea-burro

Nome científico

Aloysia polystachya (Griseb.) Moldenke

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

A espécie cresce em regiões subtropicais da América do Sul, principalmente no Paraguai e no Norte da Argentina. Planta arbustiva de pequeno porte, bastante ramificada, com altura aproximada de 1,5 m. Ramos longos, que se inclinam durante o crescimento e que, quando tocam o solo, enraízam. Folhas estreitas e lanceoladas, geralmente ocorrendo agrupadas. As flores são pequenas e brancas e se formam nas axilas das folhas, na porção apical dos ramos.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Planta usada como ansiolítico e para induzir o sono. Digestiva, alivia gases e problemas gastrointestinais, como cólicas.

Formas de uso/modo de preparo

Adicionar água fervente, em quantidade suficiente para uma xícara (chá), a uma colher (sobremesa) de folhas. Ingerir uma xícara (chá) após cada refeição principal.

Contraindicações/cuidados

O chá é contraindicado para gestantes, lactantes e epiléticos.

Informações adicionais

Tem um cheiro muito agradável, sendo consumido no tereré (bebida preparada com erva-mate e água gelada) e em misturas de suplementos dietéticos. Estudos realizados evidenciaram uma possível ação como planta antimicrobiana.

Referências

Consolini *et al.* (2011); Hellión-Ibarrola *et al.* (2006, 2008); Itaipu Binacional (2012); Pina *et al.* (2012); Sawchuk (2017); SiSTSP (2017).





CANA-DO-BREJO

Nomes populares

Cana-do-brejo, cana-de-macaco, cana-branca, pacová, canarana, cana-do-mato

Nome científico

Costus spicatus (Jacq.) Sw.

Família

Costaceae

Descrição da planta

Espécie nativa da Floresta Atlântica e da Região Amazônica brasileira. Herbácea ereta, rizomatosa, não ramificada e perene. Possui 1 a 2 m, aproximadamente, de altura, com folhas membranáceas de 25 a 40 cm de comprimento. As flores são róseas e ocorrem reunidas em inflorescências do tipo espiga, constituídas por brácteas vermelhas.

Partes da planta utilizadas

Folhas, hastes e rizomas.

Citação de uso

O rizoma é usado como diurético, tônico e sudorífico; o suco da haste fresca, diluído em água, é usado para nefrite, picadas de insetos e problemas de bexiga. Externamente, sua decocção é empregada para aliviar irritações vaginais e no tratamento de úlceras; internamente, a decocção da planta inteira é utilizada para cólicas e gases.

Formas de uso/modo de preparo

O chá por infusão ou decocção deve ser preparado utilizando-se 5 a 10 g da planta picada para uma xícara de água.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizada em doses maiores do que as recomendadas. Pode facilitar o aumento do fluxo menstrual.

Informações adicionais

Faltam informações científicas e comprovadas para a utilização contra diabetes. Espécie muito cultivada como ornamental em jardins ou para a produção de flores para corte. Multiplica-se por sementes ou rizomas.

Referências

Itaipu Binacional (2012); Keller *et al.* (2009); Lorenzi e Matos (2008); Quintans Júnior *et al.* (2010); Silva *et al.* (2008b); Uliana *et al.* (2015).





CATINGA-DE-MULATA

Nomes populares

Atanásia-das-boticas, catinga-de-porco, erva-dos-vermes, erva-lombrigueira

Nome científico

Tanacetum vulgare L.

Família

Asteraceae

Descrição da planta

Espécie originária da Europa. Ocorre principalmente às margens de riachos e de ribeirões. Planta herbácea, perene, que pode atingir 40 a 60 cm de altura, quando florida. Suas folhas são verde-escuras, intensamente recortadas, e atingem 15 a 25 cm de comprimento. As flores são amarelas e estão reunidas em densas inflorescências.

Partes da planta utilizadas

Folhas e flores.

Citação de uso

Uso tópico (uso externo), com ação anti-inflamatória e antirreumática. Alivia artrite e contusões. É cicatrizante, sendo utilizada no tratamento de furúnculos. O banho com o chá ou com a loção preparada com as flores é utilizado para o tratamento da sarna.

Formas de uso/modo de preparo

Para banhos e compressas, preparar o chá por infusão das folhas e flores (20 g para cada litro de água). Tintura alcoólica pode ser aplicada em cataplasma.

Contraindicações/cuidados

O uso interno é contraindicado, pela toxicidade dos seus componentes. Não deve ser utilizada por gestantes ou lactantes. Pessoas com sensibilidade podem apresentar irritação cutânea.

Informações adicionais

Multiplica-se por sementes. Suas folhas têm propriedades insetífungas. No passado, camponeses europeus coletavam as plantas inteiras, secavam-nas e espalhavam-nas pela casa para espantar moscas, repelir pulgas e afugentar traças.

Referências

Brown *et al.* (1997); Guerreiro *et al.* (2016); Lorenzi e Matos (2008); Morelli (2010); Ribeiro e Diniz (2008); Schinella *et al.* (1998).





CHAMBÁ

Nomes populares

Anador, chachambá, trevo-cumaru, trevo-roxo

Nome científico

Justicia pectoralis Jacq.

Família

Acanthaceae

Descrição da planta

Erva perene de ocorrência comum na Região Amazônica, em margens de rios e de sub-bosques de florestas secundárias. Atinge cerca de 40 cm de altura e possui folhas de 3 a 10 cm de comprimento, inteiras, membranáceas, estreitas e longas. Suas flores são muito pequenas e de coloração branco-rosada.

Partes da planta utilizadas

Folhas e flores.

Citação de uso

Expectorante e broncodilatador, indicado para tratamento de asma, tosse e bronquite. Possui ação analgésica e anti-inflamatória. Combate a dor de cabeça e as cólicas menstruais; ajuda na menopausa. Pode abaixar a pressão.

Formas de uso/modo de preparo

O chá preparado por infusão, com 5 g de folhas ou flores para cada 150 ml de água, deve ser ingerido logo após o preparo, duas a três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizado por pessoas com distúrbios de coagulação e em tratamento com analgésicos e anticoagulantes. Crianças de sete a doze anos, bem como maiores de 70 anos, devem tomar 75 ml do infuso, logo após o preparo, duas a três vezes ao dia.

Informações adicionais

A espécie encontra-se na “Relação Nacional de Plantas Medicinais de Interesse ao SUS”. Também é conhecida pelo nome comum de “anador”, que lhe foi dado provavelmente por causa de sua atividade anti-inflamatória, que, reduzindo a inflamação, faz passar a dor.

Referências

Almassy Júnior *et al.* (2013); ANVISA (2011); Fonseca, Silva e Leal (2010); Locklear *et al.* (2010); Lorenzi e Matos (2008).





CIPÓ-INSULINA

Nomes populares

Insulina-vegetal, anil-trepador, cipó-pucá, uva-brava, cortina-de-pobre

Nome científico

Cissus verticillata (L.) Nicolson & C. E. Jarvis

Família

Vitaceae

Descrição da planta

Espécie nativa da Região Norte do Brasil. Planta trepadeira vigorosa, de rápido crescimento, perene, com folhas verde-brilhantes e gavinhas opostas às folhas. Presença de raízes pêndulas, que surgem a partir do caule. As flores são de cor creme, pequenas e estão reunidas em inflorescências. Os frutos são pequenos, de cor roxo-escura.

Partes da planta utilizadas

Folhas e ramos.

Citação de uso

Ativa a circulação sanguínea, além de abaixar a pressão arterial e o colesterol. Utilizado nos casos de inflamação muscular. As folhas são empregadas, externamente, contra o reumatismo e na cicatrização de feridas.

Formas de uso/modo de preparo

O chá por infusão deve ser preparado utilizando-se uma folha picada para cada 150 ml de água fervente, sendo abafado no recipiente por dez minutos. Deve-se tomar uma a três xícaras ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizado em doses maiores que as recomendadas.

Informações adicionais

Na medicina popular, tem sido empregado para o tratamento de diabetes, sendo conhecido como “insulina vegetal”. Estudos experimentais realizados em animais demonstraram seu efeito hipoglicemiante e de redução de triglicerídeos, além da função cicatrizante (para feridas cutâneas) e anti-inflamatória das suas folhas. Mais investigações devem ser realizadas para explorar dosagens e verificar sua possível utilidade e atividade biológica como hipoglicemiante.

Referências

Barbosa *et al.* (2002); Braga (2008); Lorenzi e Matos (2008); Morelli (2010); Santos *et al.* (2008).





DENTE-DE-LEÃO

Nomes populares

Radicha, chicória-silvestre, amargosa

Nome científico

Taraxacum officinale F. H. Wigg.

Família

Asteraceae

Descrição da planta

Espécie nativa da Europa e da Ásia. Cresce espontaneamente em terrenos baldios ou em gramados. Herbácea perene ou anual de ocorrência principalmente na Região Sul do Brasil. Folhas inteiras, com margem irregularmente recortada, de 12 a 18 cm de comprimento. Inflorescência em capítulos amarelos, dispostos solitariamente no ápice de uma haste de até 30 cm de altura. Em média, cada planta pode produzir 5 a 10 inflorescências. Os frutos são facilmente dispersados pelo vento.

Partes da planta utilizadas

Folhas, raízes e flores.

Citação de uso

Para má digestão (dispepsia), azia, perda de apetite e anorexia. Auxilia nas funções do fígado e da vesícula biliar. Possui propriedades diuréticas, anti-inflamatórias, antirreumáticas, antioxidantes e laxativas. Melhora o sistema imunológico. As raízes possuem menor efeito diurético. As flores apresentam atividade antioxidante.

Formas de uso/modo de preparo

As folhas jovens podem ser consumidas como chá, suco, salada ou empanadas. As raízes, torradas, podem substituir o café, e as flores podem ser empanadas e fritas ou misturadas em omeletes, como complementos das refeições. Para fazer o suco, bater quatro folhas verdes em um copo de água e acrescentar algumas gotas de limão.

Contraindicações/cuidados

Não apresenta contraindicações.

Informações adicionais

Planta utilizada desde os tempos antigos, devido às suas propriedades curativas. Também pode servir de alimento. As folhas possuem vitaminas B e C.

Referências

Kikuchi *et al.* (2016); Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Martinez *et al.* (2015); Schütz, Carle e Schieber (2006); Silva *et al.* (2008a).





ERVA-BALEEIRA

Nomes populares

Cordia, erva-baleeira, catinga-de-barão, maria-milagrosa

Nome científico

Varronia curassavica Jacq.

Família

Boraginaceae

Descrição da planta

Planta nativa do Brasil, encontrada principalmente em regiões litorâneas. Cresce espontaneamente em beira de estradas e em terrenos baldios, podendo ser considerada uma planta invasora. É um arbusto ereto, com ramos pendentes. As folhas são inteiras e coriáceas, com aroma intenso e característico. As flores são pequenas e de coloração branca, e os frutos são esféricos e vermelhos. Multiplica-se por sementes ou estacas.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Possui ação anti-inflamatória e analgésica. Utilizada para reumatismo, artrite reumatoide, dores musculares e contusões.

Formas de uso/modo de preparo

Uso externo. Preparar o chá por infusão com 3 g de folhas secas em 150 ml de água. Aplicar a compressa na região afetada, três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Em caso de aparecimento de alergia, suspender o uso.

Informações adicionais

O primeiro anti-inflamatório brasileiro foi produzido a partir da erva-baleeira. É uma planta arbustiva de rápido crescimento. Seus ramos quebram facilmente, quando cultivada em locais expostos a correntes de vento mais intensas.

Referências

ANVISA (2011); Gilbert e Favoreto (2012); Lorenzi e Matos (2008); Magalhães (2010, 2014); Marmitt *et al.* (2015); Marques *et al.* (2014); Ribeiro e Diniz (2008).





ERVA-DE-BICHO

Nomes populares

Erva-de-bicho, pimenta-do-brejo, pimenta-d'água, persicária, capiçoba, acataia

Nome científico

Polygonum persicaria L.

Família

Polygonaceae

Descrição da planta

Nativa da Europa e naturalizada nas Regiões Sul e Sudeste do Brasil. Espécie herbácea ereta, anual, de cerca de 40 a 60 cm de altura. Apresenta ramos pendentes sobre o solo. Possui folhas membranáceas, geralmente com nervuras avermelhadas, de aproximadamente 4 a 8 cm de comprimento. Suas flores são pequenas, brancas ou rosadas e ocorrem em inflorescências terminais.

Partes da planta utilizadas

Ramos e folhas.

Citação de uso

Planta adstringente, estimulante da circulação (para varizes) e diurética. Atua contra parasitas intestinais, diarreia e problemas das vias urinárias. Externamente, é utilizada contra inflamações e úlceras de pele, artrite, hemorroidas, dores musculares e dores de origem reumática.

Formas de uso/modo de preparo

Para uso interno, preparar o chá por infusão adicionando-se água fervente a uma xícara (chá) contendo uma colher (sopa) de folhas e ramos picados. Beber três vezes ao dia. Para uso externo, utilizar o mesmo chá em aplicações locais, na forma de compressas ou de banhos de assento, no caso de hemorroidas. Para reumatismo, artrites e dores musculares, preparar um cataplasma.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizada por gestantes e lactantes.

Informações adicionais

Ocorre nas margens de rios, na beira de calçadas e em terrenos baldios. Pode-se tornar infestante em áreas agrícolas e em canais de drenagem. No Brasil, além de *Polygonum persicaria*, existem outras três espécies de *Polygonum* que possuem o mesmo nome popular e características morfológicas e propriedades medicinais semelhantes: *Polygonum acuminatum* Kunth, *Polygonum hydropiperoides* Michx. e *Polygonum punctatum* Elliot.

Referências

Alves et al. (2001); ANVISA (2011); Derita e Zacchino (2011); Lorenzi e Matos (2008); Melo e Marcondes-Ferreira (2009); Ribeiro e Diniz (2008).





ESTÉVIA

Nomes populares

Erva-adocicada, folha-doce, capim-doce, adocil, azuca-caá

Nome científico

Stevia rebaudiana (Bertoni) Bertoni

Família

Asteraceae

Descrição da planta

Espécie originária da América do Sul. É uma planta herbácea perene, semiereta e muito ramificada que pode atingir 40 a 80 cm de altura. As folhas possuem um pouco mais de um centímetro de comprimento. As flores são pequenas e brancas e estão reunidas em inflorescências terminais.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Tem ação hipoglicemiante, ajuda a abaixar a pressão, possui efeito diurético, auxilia no tratamento de diabetes e de obesidade, diminui o ácido úrico, estimula as funções cerebrais e propicia a diminuição da atividade de bactérias causadoras da placa dentária (causadora das cáries).

Formas de uso/modo de preparo

O chá por infusão das folhas deve ser preparado utilizando-se uma colher (sopa) de folhas para um litro de água.

Contraindicações/cuidados

Deve ser utilizada com cautela por pessoas com pressão baixa.

Informações adicionais

Utilizada como substituto não calórico do açúcar, com poder adoçante maior que o da sacarose. Sua propagação ocorre através de sementes e por estaquia. Pode perder a parte aérea depois de um ano, rebrotando na próxima estação favorável a partir da parte subterrânea. Recomenda-se a colheita das folhas no início do florescimento.

Referências

Almassy Júnior *et al.* (2013); Gupta *et al.* (2013); Khiraoui *et al.* (2017); Lima Filho, Valois e Lucas (2004); Lorenzi e Matos (2008); Morelli (2010).





FOLHA-DA-FORTUNA

Nomes populares

Courama, coirama, folha-da-costa, fortuna

Nome científico

Kalanchoe pinnata (Lam.) Pers.

Família

Crassulaceae

Descrição da planta

Planta nativa de Madagascar. Multiplica-se facilmente por ramos e brotações das folhas. Também se propaga por sementes. É uma planta herbácea pouco ramificada. Apresenta folhas inteiras, no ápice das hastes, e divididas, nas suas demais partes, com as margens crenadas, sem pilosidade e suculentas. As flores verde-avermelhadas se formam em inflorescências sustentadas por longos pedúnculos.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Planta anti-inflamatória, analgésica e hepatoprotetora. Para tratamento de úlceras, gastrite, furúnculos e tosse.

Formas de uso/modo de preparo

O uso externo para o tratamento de furúnculos pode ser realizado com a aplicação de cataplasmas, preparados com folhas frescas, ou de compressas, com o chá por infusão ou o extrato alcoólico (200 g de folhas em um litro de álcool). Para gastrite, o sumo das folhas deve ser diluído em meio copo de água, podendo a mistura ser bebida na dose de 10 a 20 ml por dia, antes da primeira refeição. O chá por infusão pode ser preparado com 30 a 40 g de folhas em um litro de água. Pode ser utilizada para o preparo de xaropes caseiros para tosse, associados a folhas de malvarisco (*Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.).

Contraindicações/cuidados

Pessoas hipotensas, com hipotireoidismo e gestantes não devem fazer uso.

Informações adicionais

É descrita como uma Planta Alimentícia Não Convencional (PANC). As folhas podem ser utilizadas, na culinária, na forma de suco verde, ao qual se adicionam suco de limão e açúcar a gosto. O suco verde também pode ser preparado com leite. As folhas, finamente fatiadas, também podem ser consumidas em saladas.

Referências

Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Marques *et al.* (2014); Nagaratna e Prakash (2015); Ribeiro e Diniz (2008).





FOLHA-DE-SENE

Nomes populares

Sena-do-mato, sena-do-campo, fedegoso

Nome científico

Senna corymbosa (Lam.) H. S. Irwin & Barneby

Família

Fabaceae

Descrição da planta

Planta nativa do Brasil, ocorrendo desde Minas Gerais e São Paulo até o Rio Grande do Sul. É um arbusto ramificado, de até 3 m de altura. Possui folhas compostas, com dois ou três pares de folíolos. Suas flores amarelas ficam reunidas em inflorescências e seus frutos são do tipo legume (vagem).

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Constipação intestinal.

Formas de uso/modo de preparo

Utilizar o chá por infusão ou o pó triturado das folhas. Como laxativo, usar 1 a 5 g do pó (uma colher de café). Como purgativo, utilizar 10 a 15 g do pó (uma colher de sobremesa). No caso de se empregar o pó, misturá-lo com água e açúcar.

Contraindicações/cuidados

Altas doses podem causar nefrite aguda.

Informações adicionais

A planta é utilizada no Brasil em substituição à espécie chamada popularmente de “sene”, que é de origem africana. As folhas colhidas na África e secas são distribuídas para muitos países, inclusive para o Brasil.

Referências

Itaipu Binacional (2012); Lorenzi e Matos (2008).





GERVÃO

Nomes populares

Gervão-azul, gervão-roxo, gervão-do-campo

Nome científico

Stachytarpheta cayennensis (Rich.) Vahl

Família

Verbenaceae

Descrição da planta

Espécie nativa do Brasil, onde cresce em beiras de matas. É encontrada desde a Amazônia até o Rio Grande do Sul. É um subarbusto anual ou perene, ereto, muito ramificado, de 70 a 100 cm de altura. Suas folhas são inteiras e ásperas na face superior. Suas flores de cor azul, pequenas, ocorrem agrupadas em inflorescências terminais espigadas.

Partes da planta utilizadas

Folhas e raízes.

Citação de uso

O chá das folhas é utilizado como tônico estomacal e estimulante das funções gastrointestinais. Age também contra febres e má digestão. Como diurético, melhora problemas hepáticos e promove a transpiração. O xarope é usado contra febres, resfriados, gripes e bronquite catarral. Externamente, é empregado, na forma de cataplasma, em feridas, contusões e afecções da pele. A raiz é usada como cicatrizante.

Formas de uso/modo de preparo

Adicionar água fervente, em quantidade suficiente para uma xícara (chá), a uma colher (sobremesa) de folhas. Ingerir uma xícara (chá) duas vezes ao dia, antes das refeições.

Contraindicações/cuidados

O chá é contraindicado para gestantes e lactantes.

Informações adicionais

Estudos realizados evidenciaram que a planta possui efeito hipoglicemiante.

Referências

Adebajo *et al.* (2007); Buttura (2003); Feijó *et al.* (2012); Lorenzi e Matos (2008); Messia-Vela *et al.* (2004); Mors, Rizzini e Pereira (2000); Penido *et al.* (2006); Schapoval *et al.* (1998); Vela *et al.* (1997).





GIRASSOL-SELVAGEM

Nomes populares

Girassol-mexicano, arnica-da-terra, margarida-gigante, boldo-japonês

Nome científico

Tithonia diversifolia (Hemsl.) A. Gray

Família

Asteraceae

Descrição da planta

Arbusto originário do México e também encontrado nos países da América Central. Ereto, muito ramificado. Possui 1,5 a 2,5 m de altura. Suas folhas são inteiras ou lobadas e pubescentes. Suas flores são amarelas e estão reunidas em inflorescências terminais e axilares, grandes e solitárias, parecidas com as do girassol. Estas inflorescências são formadas durante o outono e o inverno.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Uso interno ou externo. Utilizado principalmente como anti-inflamatório e protetor do fígado. Também para tosse e problemas respiratórios.

Formas de uso/modo de preparo

Preparar o chá por infusão. Utilizar 20 a 30 g para um litro de água.

Contraindicações/cuidados

Evitar o uso contínuo e prolongado. Pode causar irritação cutânea em pessoas sensíveis. Não usar na gravidez ou na lactação.

Informações adicionais

Possui ação inseticida contra a mosca-doméstica. Planta pouco tolerante a baixas temperaturas. Multiplica-se por sementes e possui características ornamentais.

Referências

Lorenzi e Souza (2008); Ribeiro e Diniz (2008).





GOIABA

Nomes populares

Goiaba-branca, goiaba-vermelha, guava, guaiava, goiabeira-branca, goiabeira-vermelha

Nome científico

Psidium guajava L.

Família

Myrtaceae

Descrição da planta

Espécie nativa da América do Sul, encontrada desde a Venezuela até o Brasil e cultivada em todos os países de clima tropical. É uma árvore frutífera, de tronco e ramos tortuosos e de casca lisa e descamante, com copa aberta de até 7 m de altura. Suas folhas são opostas, oblongas e aromáticas. Suas flores são alvas, solitárias ou em grupos de 2 a 3, nas axilas das folhas. Seus frutos são do tipo baga, com polpa doce e levemente aromática. Suas sementes são pequenas e muito duras.

Partes da planta utilizadas

Ramos com folhas jovens.

Citação de uso

Utilizada no tratamento da diarreia aguda não infecciosa. Estudos farmacológicos demonstraram ainda propriedade antioxidante, hepatoprotetora e anti-inflamatória. Ajuda na tosse e atua como agente hipoglicemiante.

Formas de uso/modo de preparo

Adicionar uma xícara de água fervente a uma porção de três a quatro brotos de goiaba contendo o primeiro par de folhas jovens. Ingerir uma a duas xícaras (chá) duas vezes ao dia ou após cada defecação líquida. Para os casos de diarreia infantil, o chá deve ser preparado colocando-se 15 a 20 brotos em um litro de água fervida com uma colher (sopa) de açúcar e uma colher (café) de sal (como soro caseiro, para auxiliar na reidratação). Deve ser administrado em doses pequenas a cada 5 ou 10 minutos.

Contraindicações/cuidados

A planta não deve ser utilizada por pessoas com hipersensibilidade ou alergia a ela e por gestantes ou lactantes. Não usar por mais de 30 dias consecutivos.

Informações adicionais

Cultivada em todo o país para a produção de frutos. Para fins medicinais, deve ser podada e regada frequentemente, para estimular a produção de novos ramos e folhas, que constituem as partes de uso medicinal.

Referências

ANVISA (2016); Buttura (2003); Chen e Yen (2007); Guilbert, Ferreira e Alves (2005); Gutiérrez, Mitchell e Solis (2008); Jaiarj *et al.* (1999); Lorenzi *et al.* (2006); Lorenzi e Matos (2008); Lozoya *et al.* (2002); Mors, Rizzini e Pereira (2000); Oh *et al.* (2005); Roy, Kamath e Asad (2006).





GROSELHA

Nomes populares

Hibisco, vinagreira, pampola, quiabo-róseo, quiabo-azedo, azedinha, caruru-azedo

Nome científico

Hibiscus sabdariffa L.

Família

Malvaceae

Descrição da planta

Planta subarborescente anual ou bianual, ereta, de caule arroxeadado e pouco ramificado, que atinge 80 a 200 cm de altura. Suas folhas são simples, sendo as apicais e basais inteiras e as demais bi ou trilobadas. Suas flores são solitárias, estão inseridas nas axilas das folhas e possuem sépalas, carnosas, roxo-avermelhadas e pétalas amarelas, com o centro arroxeadado. Após a floração, as pétalas caem e as sépalas crescem, protegendo o fruto.

Partes da planta utilizadas

Sépalas, que se desenvolvem na frutificação, protegendo os frutos (após o fechamento das flores). Observar detalhe na imagem da groselha (foto maior).

Citação de uso

Possui ação diurética, digestiva, calmante e antibacteriana. Laxante suave. Atenua cólicas uterinas e gastrointestinais. Diminui a febre e possui propriedade anti-hipertensiva.

Formas de uso/modo de preparo

Para melhorar problemas gastrointestinais e obter atividade diurética e protetora das mucosas (bucal, bronquial e pulmonar), utilizar o chá por infusão, preparado com a adição de uma xícara (chá) de água fervente a uma colher (sopa) das sépalas que protegem os frutos. Tomar uma xícara (chá) uma a três vezes ao dia. É recomendado também o preparo do chá por decocção, com fervura de cinco minutos.

Contraindicações/cuidados

O consumo deve ser evitado por portadores de doenças cardíacas e não é recomendado a lactantes e durante a gestação.

Informações adicionais

A propagação da planta pode ser feita através de sementes ou por estaquia (pedaços do caule – enraízam facilmente). Descrita como uma Planta Alimentícia Não Convencional (PANC). É comercializada para dar cor e sabor a diversos chás. Pode ainda ser utilizada para preparar geleias, sucos, sorvetes, molhos, pães e pudins.

Referências

Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Maciel et al. (2012); Morelli (2010); Sobota, Pinho e Oliveira (2016); Teske e Trentini (2001).





INFALIVINA

Nomes populares

Cipó-flor-de-maria-mole, cipó-cruz, aruca, quebra-tudo

Nome científico

Calea pinnatifida (R. Br.) Less.

Família

Asteraceae

Descrição da planta

Planta encontrada principalmente nos estados do Sul e Sudeste do Brasil. Subar-bustiva perene, com ramos pendentes. Suas folhas são inteiras e opostas, de formato deltoide a lanceolado. As flores são amarelas e estão reunidas em inflo-rescências.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Indicada para má digestão e no tratamento de gastrite. Com propriedade anti-in-flamatória e antiparasitária.

Formas de uso/modo de preparo

Utilizar o chá preparado por infusão.

Contraindicações/cuidados

Nada se encontrou na literatura consultada.

Informações adicionais

Planta com potencial para uso ornamental.

Referências

Dunaiski Junior, Amaral e Kuniوشي (2014); Fachin (2016); Itaipu Binacional (2012); Lima et al. (2015, 2017); Mondin, Roque e Bringel Júnior (2017).





JAMBOLÃO

Nomes populares

Cereja, jamelão, jambu, azeitona

Nome científico

Syzygium cumini (L.) Skeels

Família

Myrtaceae

Descrição da planta

Espécie arbórea originária da Indonésia, China e Antilhas. Cultivada no Brasil como árvore ornamental e de sombra. Pode chegar a 10-15 m de altura. Planta perene, de copa frondosa e densa. Suas folhas são inteiras, aromáticas e lustrosas. As flores são brancas e os frutos têm cor roxo-escuro, com uma única semente coberta de polpa comestível, mucilagínosa, doce e adstringente.

Partes da planta utilizadas

Casca, folhas, frutos e sementes.

Citação de uso

Planta utilizada no controle de diabetes, inflamações, úlceras e diarreias. As folhas apresentam ação hipotensiva e diurética e melhoram problemas estomacais. Pode ser empregada como cataplasma em doenças de pele e para aliviar coceiras, visto que tem função anti-inflamatória. A casca tem atividade antidiarreica, além de apresentar efeito adstringente em ulcerações bucais, gengivas esponjosas e estomatites. Também ajuda em inflamações locais e queimaduras.

Formas de uso/modo de preparo

Para o controle de diabetes, ferver uma xícara (chá) de água com uma colher (café) do pó dos frutos ou das sementes secas. Tomar uma a duas vezes ao dia, conforme o resultado da glicemia. Com as folhas, preparar infusão.

Contraindicações/cuidados

O chá é contraindicado para gestantes e lactantes.

Informações adicionais

Não deixe de tomar a medicação indicada pelo médico. Avise-o sobre o uso do chá de jambolão. Seus frutos são ricos em antocianinas e têm ação antioxidante.

Referências

Lorenzi *et al.* (2006); Lorenzi e Matos (2008); Migliato *et al.* (2006); Sinha, Ahmad e Gayathri (2013); Swami *et al.* (2012).





LÁGRIMA-DE-NOSSA-SENHORA

Nomes populares

Capim-de-contas, capim-de-nossa-senhora, lágrima-de-santa-maria, conta-de-lágrimas

Nome científico

Coix lacryma-jobi L.

Família

Poaceae

Descrição da planta

Planta originária da Ásia. Herbácea, geralmente anual, ereta, de colmos (caules) cheios. Folhas glabras, com margem áspera, de 10 a 20 cm de comprimento. Inflorescências terminais e axilares. Fruto maduro globoso, duro, perolado, de cor esbranquiçada e com matizes de cinza ou preto.

Partes da planta utilizadas

Frutos.

Citação de uso

Possui propriedade anti-inflamatória, diurética e antisséptica das vias respiratória e urinária. Usada no tratamento de reumatismo.

Formas de uso/modo de preparo

Os frutos torrados e triturados são utilizados para reduzir inflamações e aliviar dores e espasmos. Para uso externo, no tratamento de reumatismo, realizar a decocção dos frutos utilizando duas colheres em uma xícara de chá de água.

Contraindicações/cuidados

Não fazer uso prolongado. Não deve ser usada por gestantes.

Informações adicionais

Multiplica-se apenas por sementes, as quais são ricas em proteínas, podendo ser utilizadas em formulações nutritivas.

Referências

Chhabra e Gupta (2015); Grandi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Ottoboni *et al.* (1990); Rodrigues e Carvalho (2010); Taejarernwiriyaikul *et al.* (2015).





MALVARISCO

Nomes populares

Malvariço, hortelã-pimenta, hortelã-da-folha-grossa, hortelã-graúda, malva-do-reino

Nome científico

Plectranthus amboinicus (Lour.) Spreng.

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

Planta herbácea, perene, ramificada e fortemente aromática, nativa da região tropical da África e cultivada no Brasil. As folhas, inteiramente de margem denteada, são um pouco suculentas e quebradiças. As flores se formam reunidas em inflorescências e são azuladas ou róseas.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Anti-inflamatório. Usado para tosse, dor de garganta e bronquite.

Formas de uso/modo de preparo

O xarope pode ser preparado aquecendo-se 30 a 40 folhas frescas, a fogo baixo, com um copo de açúcar, até a mistura se tornar líquida. Tomar uma ou duas colheres (sopa) três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não foram encontrados registros na literatura consultada.

Informações adicionais

Em vários países essa espécie tem sido considerada substituto do orégano, por também possuir função digestiva. No Brasil, é utilizada no tempero de carnes e peixes (pois ameniza o cheiro forte). Pode ser preparado suco de hortelã com esta planta e geleia de abacaxi. Multiplica-se por estaquia e sementes.

Referências

Arumugam, Swamy e Sinniah (2016); Kinupp e Lorenzi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Roshan *et al.* (2010).





MERTIOLATE

Nomes populares

Bálsamo, flor-de-coral, coral-de-jardim

Nome científico

Jatropha multifida L.

Família

Euphorbiaceae

Descrição da planta

Planta arbustiva nativa da Índia, de 2 a 3 m de altura. As folhas têm 10 a 20 cm de largura e são divididas em segmentos, podendo ter as extremidades lisas ou denteadas. Possui flores pequenas, de coloração vermelho-brilhante, que ocorrem agrupadas em cachos. Toda a planta possui seiva/látex abundante de aspecto leitoso ou incolor.

Partes da planta utilizadas

Folhas, caule, raízes.

Citação de uso

É usado, externamente, como cicatrizante de feridas e de infecções de pele, por possuir atividade antibiótica. O óleo das sementes tem função purgativa. Segundo a medicina popular, também serve para infecções urinárias.

Formas de uso/modo de preparo

Como cicatrizante, a seiva incolor proveniente da folha é aplicada diretamente sobre a lesão.

Contraindicações/cuidados

Em alguns casos, é empregado no tratamento de úlceras gastrointestinais, no entanto existem relatos de intoxicação (vômitos, diarreia, desidratação, problemas no fígado e nos rins) de crianças que ingeriram a parte aérea ou os frutos, que contêm substância tóxica (ricina). A intoxicação é muito parecida com aquela causada por organofosforados. O contato da seiva com a pele pode causar dermatite.

Informações adicionais

A planta também é utilizada como ornamental.

Referências

Aiyelaagbe (2000); Buch, Arantes e Campelo (2008); Falodun *et al.* (2014); Kanth *et al.* (2011); Koltin *et al.* (2006); Levin *et al.* (2000); Rampadarath, Puchooa e Ranghoo-Sanmukhiya (2014).





MIRRA

Nomes populares

Incenso, pluma-de-névoa, limonete

Nome científico

Tetradenia riparia (Hochst.) Codd

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

Espécie arbustiva de clima tropical a subtropical, nativa da África do Sul. Pode chegar a 2 m de altura. Possui folhas inteiras, densamente recobertas por pelos, que acumulam óleo essencial, e com margens denteadas. As flores, brancas ou róseas, numerosas, ficam reunidas em inflorescências suavemente perfumadas.

Partes da planta utilizadas

Folhas e flores.

Citação de uso

Uso externo: repelente de insetos e de ácaros, inseticida, antimicrobiano e anti-inflamatório.

Formas de uso/modo de preparo

Chá das folhas (frescas ou secas) por infusão, para uso externo. Utilizar 3,7 g para uma xícara de água.

Contraindicações/cuidados

Tradicionalmente é utilizada para problemas respiratórios, tosse, cólicas, dor de cabeça e de estômago, no entanto o uso interno é desaconselhado até que mais estudos sejam realizados.

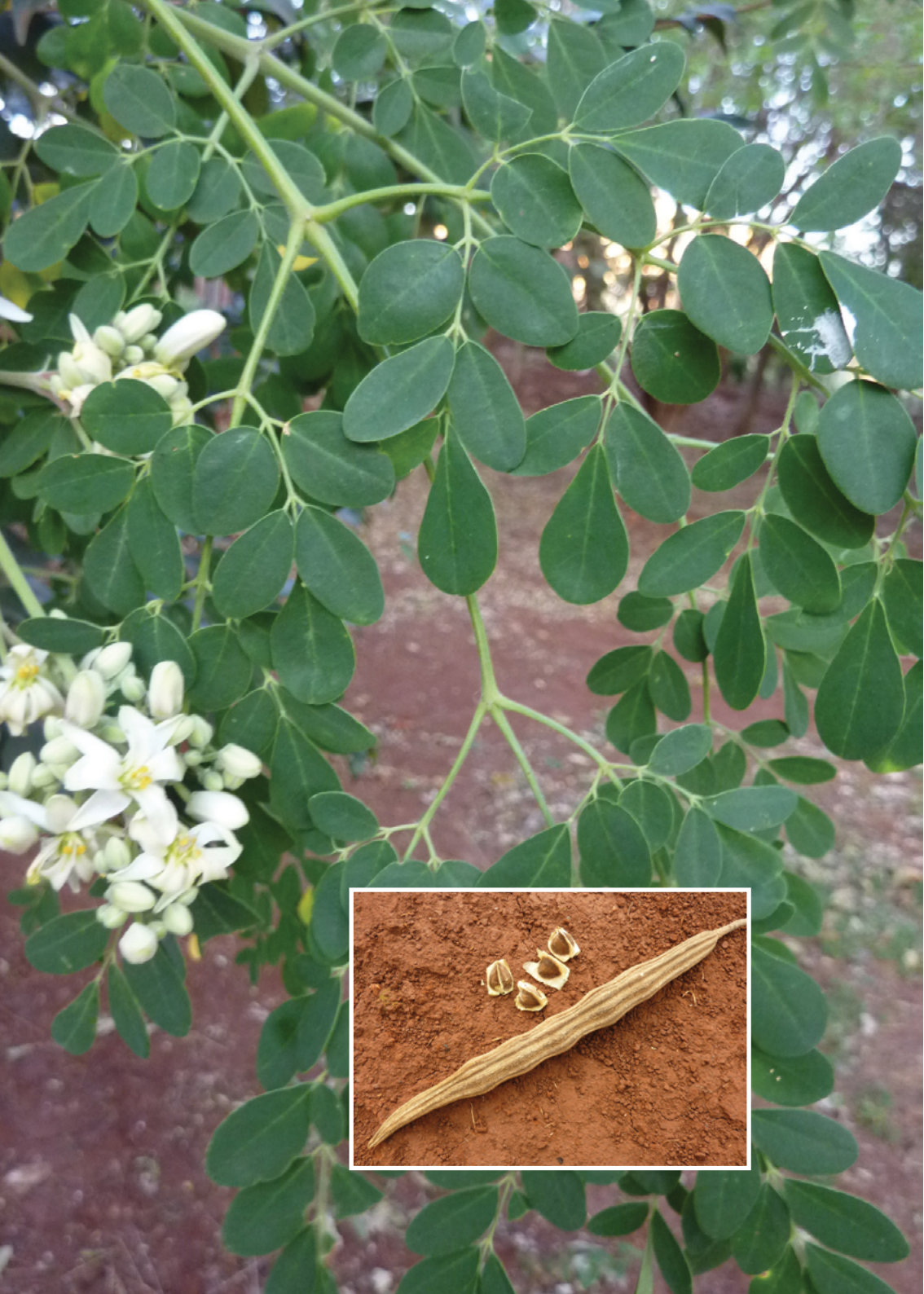
Informações adicionais

A espécie não tolera geada severa. Pode ser utilizada como planta ornamental. Suas folhas rapidamente adquirem uma cor escura após coletadas.

Referências

Gazim *et al.* (2011); Lorenzi e Matos (2008); Melo *et al.* (2015); Ribeiro e Diniz (2008).





MORINGA

Nomes populares

Cedro, quiabo-de-quina

Nome científico

Moringa oleifera Lam.

Família

Moringaceae

Descrição da planta

Espécie originária da África tropical e Índia. Cultivada no Brasil. Árvore caducifólia, de até 10 m de altura aproximadamente, de tronco com casca pardo-acinzentada. Copa aberta, com folhas compostas (divididas). Flores brancas numerosas, reunidas em inflorescências. Frutos longos, semelhantes a vagens, de secção triangular, medindo até 30 cm de comprimento e marcados pelas sementes em seu interior. As sementes são triangulares, trialadas e ricas em óleo.

Partes da planta utilizadas

Sementes.

Citação de uso

Externamente as sementes são usadas no tratamento de ferimentos infectados e na cicatrização de feridas. Contra gota e dores reumáticas.

Formas de uso/modo de preparo

Amassar as sementes cruas e, em seguida, aplicar no local na forma de compressas.

Contraindicações/cuidados

É contraindicada para gestantes e lactantes.

Informações adicionais

Espécie cultivada como planta ornamental. Descrita como uma Planta Alimentícia Não Convencional (PANC). Suas folhas podem ser usadas, como a maioria das verduras, para o preparo de saladas, omeletes, sopas, pães e bolinhos. Apresenta alto teor de provitamina A. As flores podem ser comidas cruas, em saladas, ou cozidas. Os frutos verdes podem ser consumidos e são fontes de cálcio e vitamina C. A farinha das folhas de moringa também é utilizada para enriquecimento alimentar, por sua ação antioxidante.

Referências

Frighetto *et al.* (2007); Lorenzi *et al.* (2003); Lorenzi e Matos (2008); Rangel (1999); Razis, Ibrahim e Kntayya (2014); Teixeira *et al.* (2013).





PANACEIA

Nomes populares

Braço-de-preguiça, bolsa-de-pastor, erva-carneira

Nome científico

Solanum cernuum Vell.

Família

Solanaceae

Descrição da planta

Espécie nativa do Sul e Sudeste do Brasil. Árvore pequena, de 2 a 3 m de altura, com longos tricomas (pilosidade) nos ramos. Possui folhas inteiras, de 20 a 35 cm de comprimento, verde-escuras, brilhantes na parte superior e esbranquiçadas na parte inferior. Os frutos são globosos, pequenos e amarelos quando maduros.

Partes da planta utilizadas

Folhas ou raízes.

Citação de uso

As folhas são utilizadas para úlceras gástricas e têm ação diurética, anti-inflamatória e antioxidante. Elas também contribuem para a cicatrização de feridas na pele. O chá das raízes (por infusão ou decocção) também possui efeito diurético.

Formas de uso/modo de preparo

Preparar o chá por infusão ou decocção das folhas picadas (secas ou frescas).

Contraindicações/cuidados

Altas doses podem apresentar toxicidade aguda, alterando parâmetros enzimáticos do fígado, pois a planta apresenta glicoalcaloides tóxicos.

Informações adicionais

Possui aroma intenso no preparo do chá. O nome panaceia foi atribuído à planta devido ao grande número de aplicações na medicina popular. Multiplica-se por sementes.

Referências

Almança et al. (2011); Damasceno et al. (2016); Lorenzi e Matos (2008); Miranda et al. (2015).





PITANGA

Nomes populares

Pitanga-do-mato, pitanga-roxa, pitangueira, pitangueira-vermelha, ibipitanga

Nome científico

Eugenia uniflora L.

Família

Myrtaceae

Descrição da planta

Espécie nativa do Brasil. Arbusto ou árvore, de 4 a 10 m de altura, com copa estreita, tronco liso, de cor pardo-clara, e folhas inteiras, de 3 a 7 cm de comprimento, as quais apresentam aroma característico quando amassadas. Flores brancas. Frutos globosos e sulcados, brilhantes e de cor vermelha, amarela ou preta, com polpa carnosa e agridoce.

Partes da planta utilizadas

Folhas e frutos.

Citação de uso

Usada para abaixar a febre. Possui função antirreumática. Recomendada nos casos de diarreias e verminoses. Também é utilizada para bronquite, tosse, ansiedade e hipertensão arterial. Tem propriedades analgésicas, anti-inflamatórias e antioxidantes.

Formas de uso/modo de preparo

Para tratar diarreia infantil, adicionar água fervente, em quantidade suficiente para uma xícara (chá), a uma colher (sopa) de folhas picadas. Ingerir meia a uma xícara (chá) a cada defecação líquida e, aos poucos, se possível, uma colher a cada cinco minutos. Para tratar bronquites, tosses, febres, ansiedade, hipertensão arterial e verminoses, macerar, por sete dias, duas colheres de sopa de folhas em uma xícara (chá) de álcool de cereais a 70%. Usar 10 gotas, diluídas em água, duas vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizada em doses maiores do que as recomendadas.

Informações adicionais

As raízes rebrotam sob a árvore, produzindo novas ramificações, que parecem touceiras. É cultivada em todo o Brasil em pomares domésticos, para a produção de frutos, que são consumidos *in natura* ou na forma de geleias, sucos ou doces. Os frutos são ricos em vitaminas A e C.

Referências

Brun e Mossi (2010); Coradin, Siminski e Reis (2011); Daniel e Krishnakumari (2016); Fernandes *et al.* (2016); Lorenzi *et al.* (2006); Lorenzi e Matos (2008); Morelli (2010); Mors, Rizzini e Pereira (2000); Oliveira *et al.* (2006); Queiroz *et al.* (2015).





POEJO

Nomes populares

Poejinho, poejo-das-hortas, menta-miúda, vique

Nome científico

Mentha pulegium L.

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

Espécie originária da Europa, Ásia e Península Arábica. Planta herbácea, perene, de cerca de 10 cm de altura. Folhas aromáticas, pequenas, de até 1 cm de comprimento e glândulas translúcidas. Flores de coloração branco-arroxeadas, reunidas em inflorescências nas axilas das folhas.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Desordens digestivas, gota e resfriados.

Formas de uso/modo de preparo

Adicionar água fervente, em quantidade suficiente para uma xícara (chá), a uma colher (sopa) de folhas de poejo picadas. O chá também pode ser usado no tratamento de afecções da pele.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser utilizado por gestantes. Doses elevadas do chá podem provocar problemas no fígado. O chá de poejo reduz a absorção de ferro, da mesma forma que o chá preto, portanto seu uso é contraindicado a pessoas com anemia.

Informações adicionais

O uso interno ou externo do óleo essencial do poejo é contraindicado. O óleo essencial extraído das folhas e das flores apresenta efeito inseticida.

Referências

Almassy Júnior *et al.* (2013); Barnes, Anderson e Phillipson (2012); Davoodi *et al.* (2016); Gerenutti *et al.* (2014); Lorenzi e Matos (2008); Morelli (2010); Newall, Anderson e Phillipson (2002); Williamson, Driver e Baxter (2012); Zanjani *et al.* (2015); Zekri *et al.* (2013).





PULMONÁRIA

Nomes populares

Peixinho, lambari-da-horta, orelha-de-coelho

Nome científico

Stachys byzantina K. Koch

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

Espécie nativa da Turquia e da Ásia. Planta herbácea perene e inteiramente revestida por densa pilosidade, que lembra lã branca (a pilosidade é macia e fofa), de 20 a 40 cm de altura. Folhas inteiras de 5 a 14 cm de comprimento. No Brasil, produz flores eventualmente e de coloração rósea ou violácea. Amplamente cultivada no Sul e Sudeste do Brasil para fins ornamentais ou para consumo em canteiros a pleno sol.

Partes da planta utilizadas

Folhas.

Citação de uso

Ação anti-inflamatória, antioxidante e antimicrobiana. O óleo essencial apresenta atividade antifúngica.

Formas de uso/modo de preparo

O chá deve ser preparado por infusão.

Contraindicações/cuidados

Não foram encontrados registros na literatura consultada.

Informações adicionais

As folhas podem ser empanadas e fritas, ficando bem crocantes e gostosas, com textura e sabor de peixe frito. Multiplica-se por brotos separados da planta-mãe.

Referências

Demirtas, Gecibesler e Yaglioglu (2013); Duarte *et al.* (2005); Erdemoglu *et al.* (2006); Jassbi *et al.* (2014); Khanavi *et al.* (2005); Kinupp e Lorenzi (2014); Saeedi, Morteza-Semnani e Rahimi (2008).





ROMÃ

Nomes populares

Romanzeira, romeira, granada, milagrada, milagreira

Nome científico

Punica granatum L.

Família

Lythraceae

Descrição da planta

Planta originária da Ásia, cultivada no Brasil. É um arbusto ou arvoreta de até 3 m de altura. As folhas são inteiras e semidecíduas, de até 7 cm de comprimento aproximadamente. As flores, vermelho-alaranjadas, são solitárias ou formam grupos de até cinco. Os frutos são do tipo baga, globoides e com numerosas sementes envolvidas por um arilo róseo, cheio de um líquido adocicado.

Partes da planta utilizadas

Cascas dos frutos secos.

Citação de uso

Ação anti-inflamatória e antisséptica da cavidade oral.

Formas de uso/modo de preparo

Para infecções na boca e na garganta, mascar pequenos pedaços secos ou frescos da casca dos frutos como se fossem pastilhas. Para utilizar em bochecho e em gargarejo, preparar o chá, por infusão ou decocção, com 6 g da casca do fruto seco (pericarpo, ou seja, a parte externa do fruto) em 150 ml de água. Fazer o bochecho ou o gargarejo três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não ingerir o produto após o bochecho e o gargarejo. Pessoas que têm asma, gestantes e lactantes não devem fazer uso.

Informações adicionais

A polpa adocicada é consumida *in natura* na forma de geleias ou na forma de um vinho denominado de “grenadine”.

Referências

ANVISA (2011); Degáspari e Dutra (2011); Itaipu Binacional (2012); Lameira e Pinto (2008); Lorenzi *et al.* (2006); Lorenzi e Matos (2008).





SABUGUEIRO

Nomes populares

Sabugo-negro, sabugueirinho, sabugueiro-do-brasil

Nome científico

Sambucus australis Cham. & Schltdl.

Família

Adoxaceae

Descrição da planta

Planta nativa do Sul da América do Sul, ocorrendo até a Bolívia e o Peru. No Brasil, pode ser encontrada nos estados do Sul. Arbustiva ou arvoreta, de 3-4 m de altura, bastante ramificada. Folhas compostas de superfície brilhante e de margens serradas. Possui inflorescência com flores pequenas de cor branca e odoríferas.

Partes da planta utilizadas

Flores secas e entrecasas. Também podem ser utilizadas as raízes e os frutos maduros.

Citação de uso

Para problemas respiratórios, contra resfriados e sinusites e para eliminação de catarro. Possui propriedade anti-inflamatória, diurética, antisséptica e cicatrizante e estimula a sudorese. Também é usado para melhorar nefrite e cálculos renais.

Formas de uso/modo de preparo

Como analgésico, antitérmico e estimulante da sudorese, utilizar o chá das flores secas, preparado, por infusão, com a medida de 2 a 4 g em um litro de água. Tomar três vezes ao dia. Para nefrite, cálculos renais e como diurético, utilizar uma colher (chá) da entrecasca picada em uma xícara de água e colocar para ferver por cinco minutos. Tomar uma xícara de chá três a quatro vezes por dia.

Contraindicações/cuidados

Exceto as flores, todos os produtos do sabugueiro devem ser utilizados com cautela. Quando ingerido em doses elevadas, pode provocar irritação gastrointestinal e toxidez. Não consumir os frutos verdes. Aconselha-se que as folhas não sejam utilizadas, pois há relatos na literatura de que possam ser tóxicas.

Informações adicionais

No Brasil, outra espécie ocasionalmente cultivada é *Sambucus nigra* L., originária do Hemisfério Norte, que é facilmente confundida com *Sambucus australis* Cham. & Schltdl. Ambas as espécies possuem propriedades farmacológicas muito semelhantes. As folhas podem ser utilizadas para o preparo de inseticida caseiro (orgânico). Elas também têm forte atividade contra carrapatos.

Referências

Alves e Santos (2017); Itaipu Binacional (2012); Lameira e Pinto (2008); Lorenzi e Matos (2008); Ribeiro e Diniz (2008).





SETE-SANGRIAS

Nomes populares

Pé-de-pinto, erva-de-sangue, guanxuma-vermelha

Nome científico

Cuphea carthagenensis (Jacq.) J. F. Macbr.

Família

Lythraceae

Descrição da planta

Planta nativa da América do Sul. Cresce como planta espontânea em pastagens e terrenos baldios do Brasil. Herbácea ereta, pouco ramificada, com caule avermelhado e piloso. Folhas inteiras, opostas, de textura áspera e com pilosidade. Flores de cor lilás, em grupos de duas a quatro nas axilas das folhas.

Partes da planta utilizadas

Partes aéreas (folhas e ramos).

Citação de uso

Planta diurética, depurativa e laxativa. Usada para reduzir a pressão arterial.

Formas de uso/modo de preparo

Preparar o chá por infusão. Utilizar uma colher (chá) da parte aérea da planta em uma xícara de chá. Tomar uma a três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

A planta não deve ser consumida por crianças.

Informações adicionais

Utilização com base na tradição popular. Poucos resultados descritos na literatura.

Referências

Itaipu Binacional (2012); Lorenzi e Matos (2008); Marques *et al.* (2014).





TOMILHO

Nomes populares

Timo, segurelha

Nome científico

Thymus vulgaris L.

Família

Lamiaceae

Descrição da planta

Espécie nativa do Mediterrâneo. Cultivada no Sul e Sudeste do Brasil. Herbácea perene, ereta, bastante ramificada e aromática, de 20-30 cm de altura e com a base dos ramos lenhosa e rasteira. Suas folhas são pequenas, opostas, de formas variadas, levemente pilosas e de coloração mais clara na face inferior. Suas flores são pequenas, de cor esbranquiçada, reunidas em inflorescências axilares. As folhas e os ramos novos têm sabor levemente amargo e picante e aroma de cânfora.

Partes da planta utilizadas

Folhas e inflorescências.

Citação de uso

Expectorante, antifúngico e antisséptico. Melhora a digestão.

Formas de uso/modo de preparo

Para gripes, resfriados, tosse e obstrução das vias respiratórias, adicionar água fervente, em quantidade suficiente para uma xícara (chá), a uma colher (sopa) de folhas e inflorescências picadas. Tomar uma xícara (chá) duas a três vezes ao dia.

Contraindicações/cuidados

Não é recomendado para gestantes. O óleo essencial de tomilho não deve ser ingerido. Não deve ser usado por quem tem problema de pressão e de tireoide.

Informações adicionais

É empregado na culinária como condimento de carnes, peixes, pizzas, verduras e legumes. Para fortalecer ou diminuir a queda dos cabelos e para banho estimulante, ferver duas colheres (sopa) de folhas e inflorescências picadas em uma xícara (chá) de água durante alguns minutos. Aguardar a mistura esfriar e aplicá-la sobre o couro cabeludo, fazendo massagens durante 15 minutos.

Referências

Barnes, Anderson e Phillipson (2012); Cáceres (2009); Dauqan e Abdulah (2017); Hosseinzadeh *et al.* (2015); Lorenzi e Matos (2008); Morelli (2010); Newall, Anderson e Phillipson (2002); Reddy *et al.* (2014); Williamson, Driver e Baxter (2012).





VIOLA

Nomes populares

Amor-perfeito, viola-roxa, violeta-de-cheiro, violeta-europeia, violeta-de-jardim

Nome científico

Viola odorata L.

Família

Violaceae

Descrição da planta

Planta nativa da Europa, África e Ásia. Cultivada no Sul e Sudeste do Brasil como planta ornamental. É uma planta herbácea perene sem caule aéreo ereto, com caule subterrâneo. Possui 20 a 25 cm de altura e folhas inteiras orbicular-cordiformes com longos pecíolos. As flores são longamente pedunculadas, de cor violeta ou esbranquiçada, e se originam diretamente da base da planta.

Partes da planta utilizadas

Partes aéreas da planta (folhas e flores) e caule subterrâneo.

Citação de uso

Para bronquite, asma brônquica e outras infecções de vias aéreas, tem ação expectorante. Também possui propriedade anti-inflamatória e emoliente, agindo contra infecções na boca e garganta. Atua ainda como purgativo e diurético.

Formas de uso/modo de preparo

Uso tópico em infecções na boca e garganta. O chá por infusão deve ser preparado com 5 g das folhas/flores em 100 ml de água. O chá por decocção do caule deve ser preparado utilizando-se 5 g em 100 ml de água.

Contraindicações/cuidados

Em altas concentrações, as partes subterrâneas podem ser purgativas e provocar vômitos.

Informações adicionais

Pode ser cultivada como planta ornamental em locais não expostos à luz direta do sol, formando maciços.

Referências

Gautam e Navneet (2012); Grandi (2014); Lorenzi e Matos (2008); Lorenzi e Souza (2008); Salve et al. (2014).





ZEDOÁRIA

Nomes populares

Falso-açafrão, açafração-azul, açafração-da-mancha, gajitsu

Nome científico

Curcuma zedoaria (Christm.) Roscoe

Família

Zingiberaceae

Descrição da planta

Herbácea ereta, rizomatosa. Nativa da Ásia e Índia. Planta aromática, de 50 a 70 cm de altura, que perde as folhas no inverno. Folhas membranáceas de cor verde-brilhante, com a superfície fortemente marcada por nervuras, de 30 a 50 cm de comprimento. Na lâmina foliar, na porção terminal da nervura principal, observa-se uma mancha avermelhada. Esta característica auxilia na diferenciação entre as folhas da zedoária e as do açafração, que são muito parecidas. Produz flores amarelas reunidas em inflorescência terminais que são mais baixas do que a folhagem. A inflorescência é do tipo espiga, com brácteas verdes na parte basal e branco-arroxeadas na parte apical.

Partes da planta utilizadas

Tubérculos e rizomas.

Citação de uso

Utilizada como anti-inflamatório, antioxidante e antibacteriano. Contra azia, gastrite e mau hálito. Também pode ser empregada no controle de vermes.

Formas de uso/modo de preparo

A espécie é utilizada na forma de chá por decocção, que é preparado com cerca de 4 g do tubérculo/rizoma para uma xícara de água fervente.

Contraindicações/cuidados

Não deve ser usada por gestantes.

Informações adicionais

Os rizomas e tubérculos são amargos, de uso medicinal ou condimentar de licores. Também servem de temperos para peixes e sopas ou podem ser usados em sucos. As folhas são aromáticas e lembram capim-cidreira, podendo ser cozidas com peixes, como temperos. Esta espécie só se multiplica pelos rizomas e também é utilizada como ornamental.

Referências

Chen *et al.* (2013); Gao *et al.* (2014); Kinupp e Lorenzi (2014); Lakshmi, Padmaja e Remani (2011); Liu *et al.* (2013); Lorenzi e Souza (2008); Oh, Min e Lee (2007); Rahman, Wahab e Malek (2013); Ribeiro e Diniz (2008); Senathilake *et al.* (2016); Ullah *et al.* (2014); Zhou *et al.* (2013).



REFERÊNCIAS

ADEBAJO, A. C.; OLAWODE, E. O.; OMOBUWAJO, O. R.; ADESANYA, S. A.; BEGROW, F.; ELKHAWAD, A.; AKANMU, M. A.; EDRADA, R.; PROKSCH, P.; SCHMIDT, T. J.; KLAES, M.; VERSPOHL, E. J. Hypoglycaemic constituents of *Stachytarpheta cayenensis* leaf. *Planta Medica*, v. 73, n. 3, p. 241-250, 2007.

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA). *Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira*. Brasília, 2011. 126 p.

_____. *Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira*. Brasília, 2016. 117 p.

AIYELAAGBE, O. O. Antibacterial activity of *Jatropha multifida* roots. *Fitoterapia*, v. 72, p. 544-546, 2000.

AJAYI, A. M.; MARTINS, D. T. O.; BALOGUN, S. O.; OLIVEIRA, R. G.; ASCÊNCIO, S. D.; SOARES, I. M.; BARBOSA, R. S.; ADEMOWO, O. G. *Ocimum gratissimum* L. leaf flavonoid-rich fraction suppress LPS-induced inflammatory response in RAW 264.7 macrophages and peritonitis in mice. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 204, p. 169-178, 2017.

ALMANÇA, C. C. J.; SALDANHA, S. V.; SOUSA, D. R.; TRIVILIN, L. O.; NUNES, L. C.; PORFÍRIO, L. C.; MARINHO, B. G. Toxicological evaluation of acute and sub-chronic ingestion of hydroalcoholic extract of *Solanum cernuum* Vell. in mice. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 138, p. 508-512, 2011.

ALMASSY JÚNIOR, A. A.; LOPES, R. C.; ARMOND, C.; SILVA, F.; CASALI, V. W. D. *Folhas de Chá: Plantas Medicinais na Terapêutica Humana*. 1ª reimpr. Viçosa: UFV, 2013. 233 p.

ALVES, M. C.; SANTOS, C. P. F. Propriedades farmacológicas de *Sambucus australis* (sabugueiro): uma revisão. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE (CONBRACIS), 2., 2017, Campina Grande. *Anais...* Campina Grande: UEPB, 2017. Disponível em: <http://editorarealize.com.br/revistas/conbracis/anais.php>. Acesso em: ago. 2017.

ALVES, T. M. de A.; RIBEIRO, F. L.; KLOOS, H.; ZANI, C. L. Polygodial, the fungitoxic componente from the brazilian medicinal plant *Polygonum punctatum*. *Memórias do Instituto Oswaldo Cruz*, v. 96, n. 6, p. 831-833, 2001.

ANDRADE, L. C.; ROTTA, I. W.; CHAVES, S. R.; UCHIDA, D. T.; GAZIM, Z. C.; FERREIRA, F. B. P.; JACOMASSI, E.; CERANTO, D. C. F. B. Effectiveness of *Acmella oleracea* for topical anesthesia on buccal mucosa. *Revista Odonto Ciência*, v. 28, n. 3, p. 61-65, 2013.



ANGIOSPERM PHYLOGENY GROUP (APG III). An update of the Angiosperm Phylogeny Group classification for the orders and families of flowering plants: APG III. *Botanical Journal of the Linnean Society*, London, v. 161, n. 2, p. 105-121, 2009.

ANGIOSPERM PHYLOGENY GROUP (APG IV). An update of the Angiosperm Phylogeny Group classification for the orders and families of flowering plants: APG IV. *Botanical Journal of the Linnean Society*, London, v. 181, p. 1-20, 2016.

ARAÚJO, C. A. C.; LEON, L. L. Biological activities of *Curcuma longa* L. *Memórias do Instituto Oswaldo Cruz*, v. 96, n. 5, p. 723-728, 2001.

ARUMUGAM, G.; SWAMY, M. K.; SINNIHA, U. R. *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.: botanical, phytochemical, pharmacological and nutrition significance. *Molecules*, v. 21, n. 369, p. 1-26, 2016.

BABU, P. S.; SRINIVASAN, K. Hypolipidemic action of curcumin, the active principle of turmeric (*Curcuma longa*) in streptozotocin induced diabetic rats. *Molecular and Cellular Biochemistry*, v. 166, n. 1/2, p. 169-175, 1997.

BANCO DE PLANTAS NOTÁVEIS (SISTSP). *Portal Tudo Sobre Plantas*. Rio de Janeiro. Disponível em: <http://www.tudosobreplantas.net>. Acesso em: 27 ago. 2017.

BARBOSA, W. L. R.; SANTOS, W. R. A.; PINTO, L. N.; TAVARES, I. C. C. Flavonoides de *Cissus verticillata* e a atividade hipoglicemiante do chá de suas folhas. *Revista Brasileira de Farmacognosia*, v. 12, p. 13-15, 2002. Suplemento 1.

BARNES, J.; ANDERSON, L. A.; PHILLIPSON, J. D. *Fitoterápicos*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012. 720 p.

BELTRÁN-OROZCO, M. C.; RASCÓN, J. J. O.; CEDILLO, F. D.; TORRES, R. S. Chemical composition and antioxidant ability of the crude extract of *Sedum praealtum* flowers. *Emirates Journal of Food and Agriculture*, v. 25, n. 10, p. 778-784, 2013.

BRAGA, T. V. *Avaliação da Atividade Farmacológica de Cissus verticillata Nicolson & C. E. Jarvis subsp. verticillata como Antioxidante, Antifúngico, Hipoglicemiante e Cicatrizante*. 175 f. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas) – Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2008.

BROWN, A. M. G.; EDWARDS, C. M.; DAVEY, M. R.; POWER, J. B.; LOWE, K. C. Effects of extracts of *Tanacetum* species on human polymorphonuclear leucocyte activity *in vitro*. *Phytotherapy Research*, v. 11, p. 479-484, 1997.

BRUN, G. R.; MOSSI, A. J. Caracterização química e atividade antimicrobiana do óleo volátil de pitanga (*Eugenia uniflora* L.). *Perspectiva*, v. 34, n. 127, p. 135-142, 2010.

BUCH, D. R.; ARANTES, A. B.; CAMPELO, P. M. S. Verificação da atividade cicatrizante do exsudato de folhas de *Jatropha multifida* L. *Revista Brasileira de Farmácia*, v. 89, n. 2, p. 142-145, 2008.



BUTTURA, E. *Plantas Medicinais do Oeste Paranaense*. Foz do Iguaçu: Itaipu Binacional, 2003. 99 p.

CÁCERES, A. *Vedemécum Nacional de Plantas Medicinales*. Guatemala: Editorial Universitaria, 2009. 38 p.

CAMARGO, M. E. M.; ROMERO, M. B.; ZAMORA, D. R.; CARRILLO, P. C.; MALDONADO, M. E. V. Study of the anti-inflammatory effect of *Sedum praealtum* (simpreviva) in the rat: dose-dependent response. *Proceedings of the Western Pharmacology Society*, v. 45, p. 129-130, 2002.

CHAINANI-WU, N. Safety and anti-inflammatory activity of curcumin: a component of tumeric (*Curcuma longa*). *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v. 9, n. 1, p. 161-168, 2003.

CHAN, K.; ISLAM, M. W.; KAMIL, M.; RADHAKRISHNAN, R.; ZAKARIA, M. N. M.; HABIBULLAH, M.; ATLAS, A. The analgesic and anti-inflammatory effects of *Portulaca oleracea* L. subsp. *sativa* (Haw.) Celak. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 73, n. 3, p. 445-451, 2000.

CHEN, C. C.; CHEN, Y.; HIS, Y. T.; CHANG, C. S.; HUANG, L. F.; HO, C. T.; WAY, T. D.; KAO, J. Y. Chemical constituents and anticancer activity of *Curcuma zedoaria* Roscoe essential oil against non-small cell lung carcinoma cells *in vitro* and *in vivo*. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, v. 61, p. 11418-11427, 2013.

CHEN, H.; YEN, G. Antioxidant activity and free radical-scavenging capacity of extracts from guava (*Psidium guajava* L.) leaves. *Food Chemistry*, v. 101, n. 2, p. 686-694, 2007.

CHHABRA, D.; GUPTA, R. K. Formulation and phytochemical evaluation of nutritional product containing Job's tears (*Coix lachryma-jobi* L.). *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, v. 4, n. 3, p. 291-298, 2015.

CONSOLINI, A. E.; BERARDI, A.; ROSELLA, M. A.; VOLONTÉ, M. G. Antispasmodic effects of *Aloysia polystachya* and *Aloysia gratissima* tinctures and extracts are due to non-competitive inhibition of intestinal contractility induced by acetylcholine and calcium. *Brazilian Journal of Pharmacognosy*, v. 21, n. 5, p. 889-900, 2011.

CORADIN, L.; SIMINSKI, A.; REIS, A. *Espécies Nativas da Flora Brasileira de Valor Econômico Atual ou Potencial: Plantas para o Futuro – Região Sul*. Brasília: Ministério do Meio Ambiente, 2011. 934 p.

COSTA, L. C. B.; PINTO, J. E. B. P.; BERTOLUCCI, S. K. V.; EVANGELINO, T. S. Variação no rendimento e composição química do óleo essencial de folhas de atove-ran (*Ocimum selloi* Benth.) inteiras e moídas sob condições de armazenamento. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 11, p. 43-48, 2009.

COSTA, R. S.; CARNEIRO, T. C. B.; CERQUEIRA-LIMA, A. T.; QUEIROZ, N. V.; ALCÂNTARA-NEVES, N. M.; PONTES-DE-CARVALHO, L. C.; VELOZO, E. S.; OLIVEIRA, E. J.;



FIGUEIREDO, C. A. *Ocimum gratissimum* Linn. and rosmarinic acid, attenuate eosinophilic airway inflammation in an experimental model of respiratory allergy to *Blomia tropicalis*. *International Immunopharmacology*, v. 13, p. 126-134, 2012.

DAMASCENO, J.; OLIVEIRA, P. F.; MIRANDA, M. A.; LEANDRO, L. F.; ACÉSIO, N. O.; OZELIN, S. D.; BASTOS, J. K.; TAVARES, D. C. Protective effects of *Solanum cernuum* extract against chromosoma and genomic damage induced by methyl methane-sulfonate in Swiss mice. *Biomedicine & Pharmacotherapy*, v. 83, p. 1111-1115, 2016.

DANIEL, G.; Krishnakumari, S. *In vitro* free radical scavenging activity of aqueous extract of *Eugenia uniflora* (L.) leaves. *Journal of Medicinal Plant Studies*, v. 4, n. 4, p. 25-29, 2016.

DAUQAN, E. M. A.; ABDULAH, A. Medicinal and functional values of thyme (*Thymus vulgaris* L.) herb. *Journal of Applied Biology & Biotechnology*, v. 5, n. 2, p. 17-22, 2017.

DAVID, E. F. S.; PIZZOLATO, M.; MORAIS, R.; FERRI, A. F.; MARQUES, M. O. M.; MING, L. C. Influência da temperatura de secagem no rendimento e composição química do óleo essencial de *Ocimum selloi* Benth. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 8, p. 66-70, 2006.

DAVOODI, M.; KHALILI, A.; TALEBIYANPOUR, M. S.; DARESHORI, A. N.; KHERADMAN, K.; BASHTI, S. Investigating the effect of using *Mentha pulegium* powder in controlling non-bacterial diarrhea in adults. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, v. 5 (9S), p. 482-485, 2016.

DEGÁSPARI, C. H.; DUTRA, A. P. C. Propriedades fitoterápicas da romã (*Punica granatum* L.). *Visão Acadêmica*, v. 12, n. 1, p. 36-46, 2011.

DEMIRTAS, I.; GECIBESLER, I. H.; YAGLIOGLU, A. S. Antiproliferative activities of isolated flavones glycosides and fatty acids from *Stachys byzantina*. *Phytochemistry Letters*, v. 6, p. 209-214, 2013.

DERITA, M.; ZACCHINO, S. Validation of the ethnopharmacological use of *Polygonum persicaria* for its antifungal properties. *Natural Product Communications*, v. 6, n. 7, p. 931-933, 2011.

DUARTE, M. C. T.; FIGUEIRA, G. M.; SARTORATTO, A.; REHDER, V. L. G.; DELARME-LINA, C. Anti-Candida activity of Brazilian medicinal plants. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 97, p. 305-311, 2005.

DUNAISKI JUNIOR, A.; AMARAL, W.; KUNIOSHI, Y. S. Composição florística de um fragmento de Floresta Ombrófila Mista em Rio Branco do Sul (Estado do Paraná). *Acta Biológica Paranaense*, v. 43, n. 1/2, p. 23-38, 2014.

ERDEMOGLU, N.; TURAN, N. N.; ÇAKICI, I.; SENER, B.; AYDIN, A. Antioxidant activities of some Lamiaceae plant extracts. *Phytotherapy Research*, v. 20, n. 9, p. 9-13, 2006.



FACHIN, B. M. C. *Estudo do Efeito Anti-inflamatório da Calea pinnatifida (R. Br.) Less. no Modelo da Pleurisia Induzida pela Carragenina em Camundongos*. 87 p. Dissertação (Mestrado em Farmácia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2016.

FALODUN, A.; IMIEJE, V.; ERHARUYI, O.; JOY, A.; LANGER, P.; JACOB, M.; KHAN, S.; ABALDRY, M.; HAMANN, M. Isolation of antileishmanial, antimalarial and antimicrobial metabolites from *Jatropha multifida*. *Asian Pacific Journal of Tropical Biomedicine*, v. 4, n. 5, p. 374-378, 2014.

FAVORETO, R.; GILBERT, B. *Acmella oleracea* (L.) R. K. Jansen (Asteraceae) – Jambu. *Revista Fitos*, v. 5, n. 1, p. 83-91, 2010.

FEIJÓ, A. M.; BUENO, M. E. N.; CEOLIN, T.; LINCK, C. L.; SCHWARTZ, E.; LANGE, C.; MEINCKE, S. M. K.; HECK, R. M.; BARBIERI, R. L.; HEIDEN, G. Plantas medicinais utilizadas por idosos com diagnóstico de *Diabetes mellitus* no tratamento dos sintomas da doença. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 14, n. 1, p. 50-56, 2012.

FERNANDES, F. V.; SEGHE TO, L.; SANTOS, B. C. S.; DEL-VECHIO-VIEIRA, G.; YAMAMOTO, C. H.; ARAÚJO, A. L. S. M.; RODARTE, M. P.; SOUSA, O. V. Bioactivities of extracts from *Eugenia uniflora* L. branches. *Journal of Chemical and Pharmaceutical Research*, v. 8, n. 8, p. 1054-1062, 2016.

FLORA DO BRASIL 2020 em construção. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <http://floradobrasil.jbrj.gov.br/>. Acesso em: 27 ago. 2017.

FONSECA, F. N.; SILVA, A. H.; LEAL, L. K. A. M. *Justicia pectoralis* Jacq. – Acanthaceae: preparation and characterisation of the plant drug including chromatographic analysis by HPLC-PDA. *Revista Brasileira de Farmacognosia*, v. 20, n. 6, p. 871-877, 2010.

FRIGHETTO, R. T. S.; FRIGHETTO, N.; SCHNEIDER, R. P.; FERNANDES LIMA, P. C. O potencial da espécie *Moringa oleifera* (Moringaceae): a planta como fonte de coagulante natural no saneamento de águas e como suplemento alimentar. *Revista Fitos*, v. 3, n. 2, p. 78-88, 2007.

GAO, X. F.; LI, Q. L.; LI, H. L.; ZHANG, H. Y.; SU, J. Y.; WANG, B.; LIU, P.; ZHANG, A. Q. Extracts from *Curcuma zedoaria* inhibit proliferation of human breast cancer cell MDA-MB-231 *in vitro*. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, v. 2014, Article ID 730678, 2014. 9 p. Disponível em: <https://www.hindawi.com/journals/ecam/2014/730678/>. Acesso em: maio 2018.

GAUTAM, S. S.; NAVNEET, S. K. The antibacterial and phytochemical aspects of *Viola odorata* Linn. extracts against respiratory tract pathogens. *Proceedings of the National Academy of Sciences, India, Section B: Biological Sciences*, v. 82, n. 4, p. 567-572, 2012.



GAZIM, Z. C.; DEMARCHI, I. G.; LONARDONI, M. V. C.; AMORIM, A. C. L.; HOVELL, A. M. C.; REZENDE, C. M.; FERREIRA, G. A.; LIMA, E. L.; COSMO, F. A.; CORTEZ, D. A. G. Acaricidal activity of the essential oil from *Tetradenia riparia* (Lamiaceae) on the cattletick *Rhipicephalus (Boophilus) microplus* (Acari; Ixodidae). *Experimental Parasitology*, v. 129, n. 2, p. 175-178, 2011.

GERENUTTI, M.; MODESTO, M.; CARRARA, V. A.; MAGALHÃES, S. A.; FREITAS, N. P.; SILVA, M. G. Maternal exposure to aqueous extract of *Mentha pulegium* L. inducing toxicity to embryo development in rats. *African Journal of Pharmacy and Pharmacology*, v. 8, n. 22, p. 609-614, 2014.

GILBERT, B.; FAVORETO, R. *Cordia verbenacea* DC. – Boraginaceae. *Revista Fitos*, v. 7, n. 1, p. 17-25, 2012.

GRANDI, T. S. M. *Tratado das Plantas Medicinais*: Mineiras, Nativas e Cultivadas. Belo Horizonte: Adaequatio Estúdio, 2014. 1204 p.

GUERREIRO, K. K.; BOBEK, V.; SANTOS, V. L. P.; FRANCO, C. R. C.; PAULA, J. P.; FARAGO, P. V.; BUDEL, J. M. Análise farmacobotânica de folha e caule de *Tanacetum vulgare* (L.). *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 18, n. 1, p. 89-95, 2016.

GUILBERT, B.; FERREIRA, J. L. P.; ALVES, L. F. *Monografias de Plantas Medicinais Brasileiras e Aclimatadas*. Curitiba: Abifito, 2005. 250 p.

GUPTA, E.; PURWAR, S.; SUNDARAM, S.; RAI, G. K. Nutritional and therapeutic values of *Stevia rebaudiana*: a review. *Journal of Medicinal Plants Research*, v. 7, n. 46, p. 3343-3353, 2013.

GUTIÉRREZ, R. M. P.; MITCHELL, S.; SOLIS, R. V. *Psidium guajava*: A review of its traditional uses, phytochemistry and pharmacology. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 117, n. 1, p. 1-27, 2008.

HELLIÓ-IBARROLA, M. C.; IBARROLA, D. A.; MONTALBETTI, Y.; KENNEDY, M. L.; HEINICHEN, O.; CAMPUZANO, M.; FERRO, E. A.; ALVARENGA, N.; TORTOBRIELLO, J.; DE LIMA, T. C. M.; MORA, S. The antidepressant-like effects of *Aloysia polystachya* (Griseb.) Moldenke (Verbenaceae) in mice. *Phytomedicine*, v. 15, n. 6/7, p. 478-483, 2008.

HELLIÓ-IBARROLA, M. C.; IBARROLA, D. A.; MONTALBETTI, Y.; KENNEDY, M. L.; HEINICHEN, O.; CAMPUZANO, M.; TORTORIELLO, J.; FERNÁNDEZ, S.; WADOWSKI, C.; MARDER, M.; DE LIMA, T. C. M.; MORA, S. The anxiolytic-like effects of *Aloysia polystachya* (Griseb.) Moldenke (Verbenaceae) in mice. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 105, n. 3, p. 400-408, 2006.

HOSSEINZADEH, S.; KUKHDAN, A. J.; HOSSEINI, A.; ARMAND, R. The application of *Thymus vulgaris* in traditional and modern medicine: a review. *Global Journal of Pharmacology*, v. 9, n. 3, p. 260-266, 2015.



ITAIPU BINACIONAL. *Projeto Plantas Medicinais*: Cartilha Informativa. Foz do Iguaçu, 2012. 38 p.

JAIRAJ, P.; KHOOHASWAN, P.; WONGKRAJANG, Y.; PEUNGVICHA, P.; SURIYAWONG, P.; SARAYA, M. L. S.; RUANGSOMBOON, O. Anticough and antimicrobial activities of *Psidium guajava* Linn. leaf extract. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 67, n. 2, p. 203-212, 1999.

JASSBI, A. R.; MIRI, R.; ASADOLLAHI, M.; JAVANMARDI, N.; FIRUZI, O. Cytotoxic, antioxidant and antimicrobial effects of nine species of woundwort (*Stachys*) plants. *Pharmaceutical Biology*, v. 52, n. 1, p. 62-67, 2014.

JURENKA, J. S. Anti-inflammatory properties of curcumin, a major constituent of *Curcuma longa*: a review of preclinical and clinical research. *Alternative Medicine Review*, v. 14, n. 2, p. 141-153, 2009.

KANTH, B. S.; KUMAR, A. S.; SHINDE, D. B.; BABU, K. H.; RAJU, T. V.; KUMAR, C. G.; SUJITHA, P.; DAS, B. New bioactive macrocyclic diterpenoids from *Jatropha multifida*. *Bioorganic & Medicinal Chemistry Letters*, v. 21, p. 6808-6810, 2011.

KARIMI, G.; HOSSEINZADEH, H.; ETTEHAD, N. Evaluation of the gastric antiulcerogenic effects of *Portulaca oleracea* L. extracts in mice. *Phytotherapy Research*, v. 18, n. 6, p. 484-487, 2004.

KELLER, A. C.; VANDEBROEK, I.; LIU, Y.; BALICK, M. J.; KRONENBERG, F.; KENNELLY, E. J.; BRILLANTES, A. B. *Costus spicatus* tea failed to improve diabetic progression in C57BLKS/Jdb/db mice, a model of type 2 diabetes mellitus. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 121, p. 248-254, 2009.

KEZIAH, E. A.; NUKENINE, E. N.; DANGA, S. P. Y.; YOUNOUSSA, L.; ESIMONE, C. O. Creams formulated with *Ocimum gratissimum* L. and *Lantana camara* L. crude extracts and fractions as mosquito repellents against *Aedes aegypti* L. (Diptera: Culicidae). *Journal of Insect Science*, v. 15, n. 1, p. 1-5, 2015.

KHANA VI, M.; SHARIFZADEH, M.; HADJIAKHOONDI, A.; SCHAFIEE, A. Phytochemical investigation and anti-inflammatory activity of aerial parts of *Stachys byzantina* C. Koch. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 97, p. 463-468, 2005.

KHIRAOUI, A.; HASIB, A.; AL FAIZ, C.; AMCHRA, F.; BAKHA, M.; BOULLI, A. *Stevia rebaudiana* Bertoni (honey leaf): a magnificent natural bio-sweetener, biochemical composition, nutritional and therapeutic values. *Journal of natural sciences research*. *Journal of Natural Sciences Research*, v. 7, n. 14, p. 75-85, 2017.

KIKUCHI, T.; TANAKA, A.; URIUDA, M.; YAMADA, T.; TANAKA, R. Three novel triterpenoids from *Taraxacum officinale* roots. *Molecules*, v. 21, p. 1-11, 2016.

KINUPP, V. F.; LORENZI, H. *Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil*: Guia de Identificação, Aspectos Nutricionais e Receitas Ilustradas. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014. 768 p.



KISO, Y.; SUZUKI, Y.; WATANABE, N.; OSHIMA, Y.; HIKINO, H. Antihepatotoxic principles of *Curcuma longa* rhizomes. *Journal of Medicinal Plant Research (Planta Medica)*, v. 49, n. 11, p. 185-187, 1983.

KOLTIN, D.; UZIEL, Y.; SCHNEIDERMAN, D.; KOTZKI, S.; WOLACH, B.; FAINMESSE, P. A case of *Jatropha multifida* poisoning resembling organophosphate intoxication. *Clinical Toxicology*, Philadelphia, v. 44, n. 3, p. 337-338, 2006.

LAKSHMI, S.; PADMAJA, G.; REMANI, P. Antitumor effects of isocurcumenol isolated from *Curcuma zedoaria* rhizomes on human and murine cancer cells. *International Journal of Medicinal Chemistry*, Article ID 253962, 2011. 13 p. Disponível em: <https://www.hindawi.com/journals/ijmc/2011/253962/>. Acesso em: maio 2018.

LAMEIRA, O. A.; PINTO, J. E. B. P. *Plantas Medicinais: Do cultivo, Manipulação e Uso à Recomendação Popular*. Belém: Embrapa Amazônia Oriental, 2008. 264 p.

LEVIN, Y.; SHERER, Y.; BIBI, H.; SCHLESINGER, M.; HAY, E. Rare *Jatropha multifida* intoxication in two children. *The Journal of Emergency Medicine*, v. 19, n. 2, p. 173-175, 2000.

LIMA FILHO, O. F.; VALOIS, A. C. C.; LUCAS, Z. M. (ed.). *Estévia. Sistemas de Produção*, Dourados: Embrapa Agropecuária Oeste, n. 5, 2004. 55 p.

LIMA, T. C.; SANTOS, A. D.; COSTA, D. T. M.; SOUZA, R. J.; BARISON, A.; STEINDEL, M.; BIAVATTI, M. W. Chromenes from leaves of *Calea pinnatifida* and evaluation of their leishmanicidal activity. *Revista Brasileira de Farmacognosia*, v. 25, p. 7-10, 2015.

LIMA, T. C.; SOUZA, R. J.; MORAES, M. H.; STEINDEL, M.; BIAVATTI, M. W. A new fura-noheliangolide sesquiterpene lactone from *Calea pinnatifida* (R. Br.) Less. (Asteraceae) and evaluation of its trypanocidal and leishmanicidal activities. *Journal of the Brazilian Chemical Society*, v. 28, n. 2, p. 367-375, 2017.

LIU, Y.; ROY, S. S.; NEBIE, R. H. C.; ZHANG, Y.; NAIR, M. G. Functional food quality of *Curcuma caesia*, *Curcuma zedoaria* and *Curcuma aeruginosa* endemic to Northeastern India. *Plant Foods for Human Nutrition*, v. 68, p. 72-77, 2013.

LOCKLEAR, T. D.; HUANG, Y.; FRASOR, J.; DOYLE, B. J.; PEREZ, A.; GOMEZ-LAURITO, J.; MAHADY, G. B. Estrogenic and progestagenic effects of extracts of *Justicia pectoralis* Jacq., an herbal medicine from Costa Rica used for the treatment of menopause and PMS. *Maturitas*, v. 66, n. 3, p. 315-322, 2010.

LORENZI, H. *Árvores Brasileiras: Manual de Identificação e Cultivo de Plantas Arbóreas do Brasil*. 4. ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2002. v. 1.

LORENZI, H.; BACHER, L.; LACERDA, M.; SARTORI, S. *Frutas Brasileiras e Exóticas Cultivadas (de consumo in natura)*. São Paulo: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2006.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. de A. *Plantas Medicinais no Brasil: Nativas e Exóticas*. 2. ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2008. 544 p.

LORENZI, H.; SOUZA, H. M. de. *Plantas Ornamentais no Brasil: Arbustivas, Herbáceas e Trepadeiras*. 4. ed. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2008. 1088 p.

LORENZI, H.; SOUZA, H. M. de; TORRES, M. A. V.; BACHER, L. B. *Árvores Exóticas no Brasil: Madeiras, Ornamentais e Aromáticas*. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2003.

LOZOYA, X.; REYES-MORALES, H.; CHÁVEZ-SOTO, M. A.; MARTÍNEZ-GARCÍA, M. del C.; SOTO-GONZÁLEZ, Y.; DOUBOVA, S. V. Intestinal anti-spasmodic effect of a phytodrug of *Psidium guajava* folia in the treatment of acute diarrheic disease. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 83, n. 1/2, p. 19-24, 2002.

LUZ, J. M. Q.; EHLERT, P. A. E.; INNECCO, R. Horário de colheita e tempo de secagem da alfavaca-cravo. *Horticultura Brasileira*, v. 27, p. 539-542, 2009.

MACIEL, M. J.; PAIM, M. P.; CARVALHO, H. H. C.; WIEST, J. M. Avaliação do extrato alcoólico de hibisco (*Hibiscus sabdariffa* L.) como fator de proteção antibacteriana e antioxidante. *Revista do Instituto Adolfo Lutz*, v. 71, n. 3, p. 462-470, 2012.

MAGALHÃES, P. M. Estratégias para o mercado de plantas medicinais e aromáticas no Brasil: o exemplo da erva-baleeira. *Informe Agropecuário*, v. 31, n. 255, p. 94-100, 2010.

_____. Erva-baleeira (*Varronia curassavica* Jacq. – Boraginaceae). *Informe Agropecuário*, v. 35, n. 283, p. 40-47, 2014.

MARMITT, D. J.; REMPEL, C.; GOETTERT, M. I.; SILVA, A. C. Plantas medicinais da RENISUS com potencial anti-inflamatório: revisão sistemática em três bases de dados científicas. *Revista Fitos*, v. 9, n. 2, p. 73-159, 2015.

MARQUES, M. C. A.; BAGGIO, C. H.; SANTOS, E. P.; OLIVEIRA, F. C. *Plantas Medicinais Utilizadas pela Pastoral da Criança de Almirante Tamandaré, PR*. Curitiba: UFPR, 2014. 158 p.

MARTINEZ, M.; POIRRIER, P.; CHAMY, R.; PRÜFER, D.; SCHULZE-GRONOVER, C.; JORQUERA, L.; RUIZ, G. *Taraxacum officinale* and related species: an ethnopharmacological review and its potencial as a commercial medicinal plant. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 169, p. 244-262, 2015.

MARTINS, E. R.; CASALI, V. W. D.; BARBOSA, L. C. A.; CARAZZA, F. Essential oil in the taxonomy of *Ocimum selloi* Benth. *Journal of the Brazilian Chemical Society*, v. 8, n. 1, p. 29-32, 1997.

MATOS, F. J. A.; OLIVEIRA, F. *Lippia sidoides* Cham.: farmacognosia, química e farmacologia. *Revista Brasileira de Farmácia*, v. 79, n. 3/4, p. 84-87, 1998.



MELO, E.; MARCONDES-FERREIRA, W. Polygonaceae. In: MARTINS, S. E.; WANDERLEY, M. G. L.; SHEPHERD, G. J.; GIULIETTI, A. M.; MELHEM, T. S. (ed.). *Flora Fanerogâmica do Estado de São Paulo*. São Paulo: Instituto de Botânica, 2009. v. 6, p. 169-194.

MELO, N. I.; CARVALHO, C. E.; FRACAROLLI, L.; CUNHA, W. R.; VENEZIANI, R. C. S.; MARTINS, C. H. G.; CROTTI, A. E. M. Antimicrobial activity of the essential oil of *Tetradenia riparia* (Hochst.) Codd. (Lamiaceae) against cariogenic bacteria. *Brazilian Journal of Microbiology*, v. 46, n. 2, p. 519-525, 2015.

MESIA-VELA, S.; SOUCCAR, C.; LIMA-LANDMAN, M. T. R.; LAPA, A. J. Pharmacological study of *Stachytarpheta cayennensis* Vahl in rodents. *Phytomedicine*, v. 11, n. 7/8, p. 616-624, 2004.

MIGLIATO, K. F.; BABY, A. R.; ZAGUE, V.; VELASCO, M. V. R.; CORRÊA, M. A.; SACRAMENTO, L. V. S.; SALGADO, H. R. N. Ação farmacológica de *Syzygium cumini* (L.) Skeels. *Acta Farmacêutica Bonaerense*, v. 25, n. 2, p. 310-314, 2006.

MIRANDA, M. A.; LEMOS, M.; COWART, K. A.; RODENBURG, D.; MCCHESENEY, J. D.; RADWAN, M. M.; FURTADO, N. A. J. C.; BASTOS, J. K. Gastroprotective activity of the hydroethanolic extract and isolated compounds from the leaves of *Solanum cernuum* Vell. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 172, p. 421-429, 2015.

MOHR, F. B. M.; LERMEN, C.; GAZIM, Z. C.; GONÇALVES, J. E.; ALBERTON, O. Anti-fungal activity, yield, and composition of *Ocimum gratissimum* essential oil. *Genetics and Molecular Research*, v. 16, n. 1, p. 1-10, 2017.

MONDIN, C. A.; ROQUE, N.; BRINGEL JÚNIOR, J. B. A. *Calea*. In: LISTA de Espécies da Flora do Brasil. Jardim Botânico do Rio de Janeiro. Disponível em: <http://floradobrasil.jbrj.gov.br/jabot/floradobrasil/FB103756>. Acesso em: ago. 2017.

MORELLI, M. S. *Guia de Produção para Plantas Medicinais, Aromáticas e Flores Comestíveis*. Porto Alegre: Cidadela, 2010. 252 p.

MORS, W. B.; RIZZINI, C. T.; PEREIRA, N. A. *Medicinal Plants of Brazil*. Algonac, Mi: Reference Publications, 2000. 501 p.

MUHS, A.; LYLES, J. T.; PARLET, C. P.; NELSON, K.; KAVANAUGH, J. S.; HORSWILL, A. R.; QUAVE, C. L. Virulence inhibitors from Brazilian peppertree block quorum sensing and abate dermonecrosis in skin infection models. *Scientific Reports*, v. 10, ID 42275, 2017. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/srep42275>. Acesso em: maio 2018.

NAGARATNA, A.; PRAKASH, L. H. A comprehensive review on Paranabeeja (*Bryophyllum pinnatum* (Lam.) Oken.). *Journal of Medicinal Plant Studies*, v. 3, n. 5, p. 166-171, 2015.

NEWALL, C. A.; ANDERSON, L. A.; PHILLIPSON, J. D. *Plantas Medicinais: Guia para Profissional de Saúde*. São Paulo: Editorial Premier, 2002. 308 p.



NWEZE, E. I.; EZE, E. E. Justification for the use of *Ocimum gratissimum* L. in herbal medicine and its interaction with disc antibiotics. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, v. 9, n. 37, p. 1-6, 2009.

OH, O. J.; MIN, H. Y.; LEE, S. K. Inhibition of inducible prostaglandin E2 production and cyclooxygenase-2 expression by curdione from *Curcuma zedoaria*. *Archives of Pharmacal Research*, v. 30, n. 10, p. 1236-1239, 2007.

OH, W. K.; LEE, C. H.; LEE, M. S.; BAE, E. Y.; SOHN, C. B.; OH, H.; KIM, B. Y.; AHN, J. S. Antidiabetic effects of extracts from *Psidium guajava*. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 96, n. 3, p. 411-415, 2005.

OJO, O. A.; OLOYEDE, O. I.; OLAREWAJU, O. I.; OJO, A. B.; AJIBOYE, B. O.; ONIKANNI, S. A. Toxicity studies of the crude aqueous leaves extracts of *Ocimum gratissimum* in albino rats. *Journal of Environmental Science, Toxicology and Food Technology*, v. 6, n. 6, p. 34-39, 2013.

OLIVEIRA, A. L.; LOPES, R. B.; CABRAL, F. A.; EBERLIN, M. N. Volatile compounds from pitanga fruit (*Eugenia uniflora* L.). *Food Chemistry*, v. 99, p. 1-5, 2006.

OTTOBONI, L. M. M.; LEITE, A.; TARGON, M. L. N.; CROZIER, A.; ARRUDA, P. Characterization of the storage protein in seed of *Coix lacryma-jobi* var. *adlay*. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, v. 38, p. 631-635, 1990.

PENIDO, C.; COSTA, K. A.; FUTURO, D. O.; PAIVA, S. R.; KAPLAN, M. A. C.; FIGUEIREDO, M. R.; HENRIQUES, M. G. M. O. Anti-inflammatory and anti-ulcerogenic properties of *Stachytarpheta cayennensis* (L. C. Rich) Vahl. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 104, n. 1/2, p. 225-233, 2006.

PEREIRA, R. C. A.; MOREIRA, A. L. M. Manjeriço: cultivo e utilização. *Documentos*, Fortaleza: Embrapa Agroindústria Tropical, n. 136, 2011.

PEREIRA, R. C. A.; MOREIRA, M. R. Recomendações de cultivo de elixir paregórico (*Ocimum selloi* Benth). *Comunicado Técnico*, Fortaleza: Embrapa Agroindústria Tropical: Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, n. 139, 2009.

PINA, E. S.; COPPEDE, J. da S.; SARTORATTO, A.; FACHIN, A. L.; BERTONI, B. W.; FRANÇA, S. de C.; PEREIRA, A. M. S. Antimicrobial activity and chemical composition of essential oils from *Aloysia polystachya* (Griseb.) Moldenke grown in Brazil. *Journal of Medicinal Research*, v. 6, n. 41, p. 5412-5416, 2012.

QUEIROZ, J. M. G.; SUZUKI, M. C. M.; MOTTA, A. P. R.; NOGUEIRA, J. M. R.; CARVALHO, E. M. Aspectos populares e científicos do uso de espécies de *Eugenia* como fitoterápico. *Revista Fitos*, v. 9, n. 2, p. 73-100, 2015.

QUINTANS JÚNIOR, L. J.; SANTANA, M. T.; MELO, M. S.; SOUSA, D. P. de; SANTOS, I. S.; SIQUEIRA, R. S.; LIMA, T. C.; SILVEIRA, G. O.; ANTONIOLLI, A. R.; RIBEIRO, L. A. A.; SANTOS, M. R. V. Antinociceptive and anti-inflammatory effects of *Costus spicatus* in experimental animals. *Pharmaceutical Biology*, v. 48, n. 10, p. 1097-1102, 2010.



RAHMAN, S. N. S. A.; WAHAB, N. A.; MALEK, S. N. A. *In vitro* morphological assessment of apoptosis induced by antiproliferative constituents from the rhizomes of *Curcuma zedoaria*. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, v. 2013, Article ID 257108. 14 p.

RAMPADARATH, S.; PUCHOOA, D.; RANGHOO-SANMUKHIYA, V. M. Antimicrobial, phytochemical and larvicidal properties of *Jatropha multifida* Linn. *Asian Pacific Journal of Tropical Medicine*, v. 7, n. 1, p. 380-383, 2014.

RANGEL, M. S. A. *Moringa oleifera*: uma planta de uso múltiplo. *Circular Técnica*, Aracaju: Embrapa Tabuleiros Costeiros: Embrapa-CPATC, n. 9, 1999. 41 p.

RASHED, A. N.; AFIFI, F. U.; DISI, A. M. Simple evaluation of the wound healing activity of a crude extract of *Portulaca oleracea* L. (growing in Jordan) in *Mus musculus* JVI-1. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 88, n. 2/3, p. 131-136, 2003.

RAZIS, A. F. A. A.; IBRAHIM, M. D.; KNTAYYA, S. B. Health benefits of *Moringa oleifera*. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, v. 15, n. 20, p. 8571-8576, 2014.

REDDY, V. P.; KANDISA, R. V.; VARSHA, P. V.; SATYAN, S. Review on *Thymus vulgaris* traditional uses and pharmacological properties. *Medicinal & Aromatic Plants*, v. 3, n. 3, 2014.

RIBEIRO, D. A.; MACÊDO, D. G.; OLIVEIRA, L. G. S.; SARAIVA, M. E.; OLIVEIRA, S. F.; SOUZA, M. M. A.; MENEZES, I. R. A. Potencial terapêutico e uso de plantas medicinais em uma área de Caatinga no estado do Ceará, nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 16, n. 4, p. 912-930, 2014.

RIBEIRO, P. G. F.; DINIZ, R. C. *Plantas Aromáticas e Medicinais*: Cultivo e Utilização. Londrina: IAPAR, 2008. 218 p.

RODRIGUES, V. E. G.; CARVALHO, D. A. de. *Plantas Medicinais nas Florestas Semidecíduais*. Lavras: Universidade Federal de Lavras, 2010. 128 p.

ROSHAN, P.; NAVEEN, M.; MANJUL, P. S.; GULZAR, A.; ANITA, S.; SUDARSHAN, S. *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng. – an overview. *The Pharma Research*, v. 4, p. 1-15, 2010.

ROY, C. K.; KAMATH, J. V.; ASAD, M. Hepatoprotective activity of *Psidium guajava* Linn. leaf extract. *Indian Journal of Experimental Biology*, v. 44, n. 4, p. 305-311, 2006. Disponível em: <http://nopr.niscair.res.in/handle/123456789/6438>. Acesso em: 3 set. 2017.

RUPPELT, B. M.; KOZERA, C.; ZONETTI, P. da C.; PAULERT, R.; STEFANELLO, S. *Plantas Medicinais Utilizadas na Região Oeste do Paraná*. Curitiba: Editora UFPR, 2015.



SAEEDI, M.; MORTEZA-SEMNANI, K.; RAHIMI, F. Antimicrobial studies on extracts of four species of *Stachys*. *Indian Journal of Pharmaceutical Sciences*, v. 70, n. 3, p. 403-406, 2008.

SALVE, T.; RATHOD, V.; TIKE, S. K.; KADAM, R.; KHADE, R. A review article on banafsha (*Viola odorata* Linn.). *Punarnav*, v. 2, n. 4, p. 1-8, 2014.

SANTOS, H. B.; MODESTO-FILHO, J.; DINIZ, M. F. F. M.; VASCONCELOS, T. H. C.; PE-REIRA, F. S. B.; RAMALHO, J. A.; DANTAS, J. G.; SANTOS, E. B. Avaliação do efeito hipoglicemiante de *Cissus sicyoides* em estudos clínicos fase II. *Revista Brasileira de Farmacognosia*, v. 18, n. 1, p. 70-76, 2008.

SAWCHUK, B. *Herbolisteria*: El Burrito, Cultivo, Cuidados y Utilidad. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=8E477o0wE8M>. Acesso em: 25 ago. 2017.

SCHAPOVAL, E. E. S.; VARGAS, M. R. W. de; CHAVES, C. G.; BRIDI, R.; ZUANAZZI, J. A.; HENRIQUES, A. T. Anti-inflammatory and antinociceptive activities of extracts and isolated compounds from *Stachytarpheta cayennensis*. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 60, n. 1, p. 53-59, 1998.

SCHINELLA, G. R.; GINER, R. M.; RECIO, M. D. C.; BUSCHIAZZO, P. M.; RIOS, J. L.; MÁÑEZ, S. Anti-inflammatory effects of South American *Tanacetum vulgare*. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*, v. 50, n. 9, p. 1069-1074, 1998.

SCHÜTZ, K.; CARLE, R.; SCHIEBER, A. *Taraxacum*: a review on its phytochemical and pharmacological profile. *Journal of Ethnopharmacology*, v. 107, p. 313-323, 2006.

SENATHILAKE, K. S.; KARUNANAYAKE, E. H.; SAMARAKOON, S. R.; TENNEKOON, K. H.; SILVA, E. D. Rhizome extracts of *Curcuma zedoaria* Rosc. induce caspase dependant apoptosis via generation of reactive oxygen species in filarial parasite *Setaria digitata* in vitro. *Experimental Parasitology*, v. 167, p. 50-60, 2016.

SILVA, A. G. da; LAMEIRA, A. P. do N.; AMORIM, A. C. L.; LAMEIRA, C. N.; ALCÂNTARA, D. de A.; OLIVEIRA, E. C. P. de; PINTO, J. E. B. P.; PAIVA, J. S.; LAMEIRA, O. A.; BERTOLUCCI, S. K. V. Dente-de-leão. In: LAMEIRA, O. A.; PINTO, J. E. B. P. (editores técnicos). *Plantas Medicinais: Do Cultivo, Manipulação e Uso à Recomendação Popular*. Belém: Embrapa Amazônia Oriental, 2008a. 264 p.

SILVA, D. N.; GONÇALVES, M. J.; AMARAL, M. T.; BATISTA, M. T. Antifungal activity of a flavonoid-rich fraction from *Costus spicatus* leaves against dermatophytes. *Journal of Medicinal Plant Research (Planta Medica)*, v. 74, n. 9, p. 1055, 2008b.

SILVA, V. A.; FREITAS, A. F. R.; PEREIRA, M. S. V.; SIQUEIRA JÚNIOR, J. P.; PEREIRA, A. V.; HIGINO, J. S. Avaliação *in vitro* da atividade antimicrobiana do extrato da *Lippia sidoides* Cham. sobre isolados biológicos de *Staphylococcus aureus*. *Revista Brasileira de Plantas Medicinais*, v. 12, n. 4, p. 452-455, 2010.



SINHA, S. K.; AHMAD, I.; GAYATHRI, M. Antidiabetic effect of ethanol extract of *Syzygium jambolanum* seed (in vitro). *International Journal of Drug Development and Research*, v. 5, n. 3, p. 187-191, 2013.

SOBOTA, J. F.; PINHO, M. G.; OLIVEIRA, V. B. Perfil físico-químico e atividade antioxidante do cálice da espécie *Hibiscus sabdariffa* L. a partir do extrato aquoso e alcoólico obtidos por infusão e decocto. *Revista Fitos*, v. 10, n. 1, p. 33-46, 2016.

SWAMI, S. B.; THAKOR, N. S. J.; PATIL, M. M.; HALDANKAR, P. M. Jamun (*Syzygium cumini* (L.)): a review of its food and medicinal uses. *Food and Nutrition Sciences*, v. 3, p. 1100-1117, 2012.

TAEJARERNWIRIYAKUL, O.; ANZAI, N.; JUTABHA, P.; KRUANAMKAM, W.; CHAN-LUANG, S. Hypouricemia and nephroprotection of *Coix lacryma-jobi* L. seed extract. *Songklanakarin Journal of Science and Technology*, v. 37, n. 4, p. 441-447, 2015.

TEIXEIRA, E. M. B.; CARVALHO, M. R. B.; NEVES, V. A.; LIMA, T. M. A.; PEREIRA, L. A. Hambúrguer elaborado com farinha de folhas de moringa. *Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição (Journal Brazilian Society for Food and Nutrition)*, v. 38, n. 3, p. 220-232, 2013.

TESKE, M.; TRENTINI, A. M. M. *Herbarium Compêndio de Fitoterapia*. 4. ed. Curitiba: Herbarium, 2001. 317 p.

THE PLANT LIST. Version 1.1. 2013. Disponível em: <http://www.theplantlist.org/>. Acesso em: 13 set. 2017.

TROPICOS.ORG. Missouri Botanical Garden. Disponível em: <http://www.tropicos.org>. Acesso em: 11 set. 2017.

UDDIN, K.; JURAIMI, A. S.; HOSSAIN, S.; NAHAR, A. U.; ALI, E.; RAHMAN, M. M. Purslane Weed (*Portulaca oleracea*): a prospective plant source of nutrition, omega-3 fatty acid, and antioxidant attributes. *The Scientific World Journal*, v. 2014. 6 p. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1155/2014/951019>. Acesso em: 16 ago. 2017.

ULIANA, M. P.; SILVA, A. G. da; FRONZA, M.; SCHERER, R. *In vitro* antioxidant and antimicrobial activities of *Costus spicatus* Swartz used in folk medicine for urinary tract infection in Brazil. *Latin American Journal of Pharmacy*, v. 34, n. 4, p. 766-772, 2015.

ULLAH, H. M. A.; ZAMAN, S.; JUHARA, F.; AKTER, L.; TAREQ, S. M.; MASUM, E. H.; BHATTACHARJEE, R. Evaluation of antinociceptive, *in vivo* & *in vitro* anti-inflammatory activity of ethanolic extract of *Curcuma zedoaria* rhizome. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, v. 14, n. 346, 2014.

VELA, S. M.; SOUCCAR, C.; LIMA-LANDMAN, M. T. R.; LAPA, A. J. Inhibition of gastric acid secretion by the aqueous extract and purified extracts of *Stachytarpheta cayennensis*. *Pharmacology and Molecular Biology*, v. 63, n. 1, p. 36-39, 1997.



WILLIAMSON, E.; DRIVER, S.; BAXTER, K. *Interações Medicamentosas de Stockley: Plantas Medicinais e Medicamentos Fitoterápicos*. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2012. 440 p.

ZANJANI, M. A. K.; MOHAMMADI, N.; ZOJAJI, M.; BAKHODA, H. Chemical composition of the essential oil of *Mentha pulegium* L. and its antimicrobial activity on *Proteus mirabilis*, *Bacillus subtilis* and *Zygosaccharomyces rouxii*. *Journal of Food Biosciences and Technology*, v. 5, n. 2, p. 31-40, 2015.

ZEKRI, N.; AMALICH, S.; BOUGHADAD, A.; EL BELGHITI, M. A.; ZAIR, T. Phytochemical study and insecticidal activity of *Mentha pulegium* L. oils from Morocco against *Sitophilus oryzae*. *Mediterranean Journal of Chemistry*, v. 2, n. 4, p. 607-619, 2013.

ZHOU, L.; ZHANG, K.; LI, J.; CUI, X.; WANG, A.; HUANG, S.; ZHENG, S.; LU, Y.; CHEN, W. Inhibition of vascular endothelial growth factor-mediated angiogenesis involved in reproductive toxicity induced by sesquiterpenoids of *Curcuma zedoaria* in rats. *Reproductive Toxicology*, v. 37, p. 62-69, 2013.



GLOSSÁRIO

Álcool de cereais: álcool etílico hidratado feito de cereais.

Antisséptico: que inibe e detém a ação de microrganismos infectantes (como fungos e bactérias).

Arbustiva: planta ramificada desde a base, com ramos lenhosos e, geralmente, até dois metros de altura.

Aromática: que possui um cheiro bom e agradável; em que há fragrância; perfumado.

Banho de assento: imersão em água morna. Senta-se em uma bacia ou louça sanitária apropriada, de modo a cobrir com água apenas as nádegas e o quadril.

Bochecho: porção de líquido que se põe na boca e se agita com as bochechas, sendo cuspidada em seguida.

Broncodilatador: substância farmacologicamente ativa que promove a dilatação dos brônquios, facilitando a passagem do ar e a eliminação de secreções.

Cataplasma: massa úmida e mole de materiais sólidos que é aplicada sobre a pele, geralmente entre duas peças de pano.

Compressa: preparação de uso externo feita com pedaços de pano ou gaze embebidos em chá ou no sumo da planta e aplicados diretamente no local afetado.

Decocção: preparação que consiste na fervura da parte do vegetal de interesse medicinal em água potável por tempo determinado. Indicada para cascas, raízes, rizomas, caules, sementes e folhas coriáceas.

Decocto: resultado da decocção.

Depurativo: que depura, ou seja, torna puro ou mais puro.

Erva: planta não lenhosa; o mesmo que planta herbácea.

Espasmo: contração involuntária anormal dos músculos.

Extrato: preparação de consistência líquida, sólida ou intermediária obtida a partir de material vegetal. É preparado por percolação, maceração ou outro método adequado, utilizando-se como solvente o álcool etílico (extrato alcoólico), a água (extrato aquoso) ou outro solvente apropriado.

Folha simples: folha que possui a lâmina foliar inteira, não dividida.



Folha composta: folha que possui a lâmina foliar dividida em partes menores, denominadas de “folíolos”.

Folíolo: cada uma das partes que compõem uma folha composta; subdivisões de uma folha composta.

Gargarejo: agitação de um líquido na boca ou na garganta.

Hepático: relativo ao fígado.

Herbácea: planta não lenhosa, geralmente com ramos flexíveis.

Imersão: ato de imergir, submergir, mergulhar.

Inalação: inspiração (nasal ou oral) de vapores liberados pela infusão de plantas medicinais, fazendo com que o ar entre no organismo e passe para os pulmões através do nariz, da boca e da faringe.

Inflorescência: agrupamento de flores em ramos nas axilas das folhas ou em porções terminais dos caules.

Infusão: preparação que consiste em verter água fervente sobre a parte do vegetal de interesse medicinal e, em seguida, tampar ou abafar o recipiente por tempo determinado. Método indicado para folhas, flores, inflorescências e frutos. O mesmo que chá abafado.

Maceração: preparação realizada com ingredientes frios que consiste em colocar a parte do vegetal de interesse medicinal dentro de um recipiente contendo água, álcool, óleo ou vinho. Os princípios ativos da planta são dissolvidos pelo contato com o líquido em um período que pode variar de poucas horas a alguns dias.

Óleo essencial: aquele que é extraído de partes de uma planta e que, muitas vezes, contém substâncias odoríferas (que têm cheiro).

Pecíolo: parte da folha que liga a lâmina foliar ao caule.

Perene: que vive por muitos anos.

Planta medicinal: espécie vegetal, cultivada ou não, utilizada com propósitos terapêuticos.

Princípios ativos: são as substâncias responsáveis pelas ações características (efeito farmacológico), ou seja, pelos efeitos terapêuticos.

Reumatismo: qualquer doença caracterizada por inflamação, degeneração ou distúrbio metabólico do tecido conjuntivo das articulações ou de outras estruturas, podendo acometer órgãos internos.

Rizoma: tipo de caule, geralmente subterrâneo, que cresce e se ramifica como uma raiz.

Semidecídua: planta que perde parcialmente as suas folhas no outono ou inverno.

Sépalas: são estruturas foliáceas (que parecem folhas) localizadas na porção mais externa da flor. São, geralmente, menores e mais resistentes do que as pétalas e, na maior parte dos casos, têm a função de proteger o botão floral.

Substâncias voláteis: são produtos químicos (moléculas) que têm a propriedade de evaporar em temperatura ambiente. Passam facilmente do estado líquido para o estado de vapor sem necessidade de aquecimento.

Sudorífico: que provoca suor ou sudorese.

Tubérculo: tipo de caule de aspecto mais arredondado que se desenvolve abaixo da superfície do solo como órgão de reserva de energia.

Uso tradicional: uso alicerçado na tradição popular, sem evidências conhecidas de risco à saúde do usuário, cujas propriedades são reconhecidas através de levantamentos etnofarmacológicos, da sua utilização prática e de documentações científicas.

Vermífugo: produto que elimina vermes.

Xarope: forma farmacêutica aquosa, caracterizada pela alta viscosidade, que apresenta, no mínimo, 45% (p/p) de sacarose ou de outros açúcares na sua composição. Geralmente contém agentes flavorizantes.



ANEXO I

SINÔNIMOS BOTÂNICOS DE ALGUMAS PLANTAS LISTADAS NO LIVRO

AÇAFRÃO – *Curcuma longa* L.

Sinônimos: *Amomum curcuma* Jacq.; *Curcuma domestica* Valetton; *Stissera curcuma* Raeusch.; *Curcuma longa* var. *vanaharidra* Velay.

AGRIÃO-DO-PARÁ – *Acmella oleracea* (L.) R. K. Jansen

Sinônimos: *Spilanthes oleracea* L.; *Bidens fervida* Hort. ex Colla

ALECRIM-PIMENTA – *Lippia origanoides* Kunth

Sinônimos: *Lippia affinis* Schauer; *Lippia berteri* Spreng.; *Lippia candicans* Hayek; *Lippia elegans* Cham.; *Lippia elegans* var. *macrophylla* Moldenke; *Lippia elegans* var. *obtusifolia*; Moldenke; *Lippia glandulosa* Schauer; *Lippia martiana* Schauer var. *martiana*; *Lippia mattogrossensis* Moldenke; *Lippia microphylla* Cham.; *Lippia obscura* Briq.; *Lippia origanoides* var. *sampaionis* Herter; *Lippia pendula* Rusby; *Lippia polycephala* Briq.; *Lippia polycephala* var. *aemilii* Briq.; *Lippia rigida* Schauer; *Lippia rubiginosa* Schauer; *Lippia salviaefolia* Cham.; *Lippia schomburgkiana* Schauer; *Lippia sidoides* Cham.; *Lippia velutina* Schauer

ALFAVACA-ANIS – *Ocimum carnosum* (Spreng.) Link & Otto ex Benth.

Sinônimos: *Lumnitzera carnosus* Spreng.; *Ocimum atrovirens* Bartl.; *Ocimum ebracteatum* Pohl ex J. A. Schmidt; *Ocimum graveolens* Larrañaga; *Ocimum selloi* Benth.; *Ocimum selloi* var. *angustifolium* Briq.; *Ocimum selloi* var. *tweedieanum* Briq.

AROEIRA – *Schinus terebinthifolia* Raddi

Sinônimo: *Schinus terebinthifolius* Raddi

BURRITO – *Aloysia polystachya* (Griseb.) Moldenke

Sinônimo: *Lippia polystachya* Griseb.

CHAMBÁ – *Justicia pectoralis* Jacq.

Sinônimos: *Stethoma pectoralis* (Jacq.) Raf.; *Dianthera pectoralis* (Jacq.) Murray

CIPÓ-INSULINA – *Cissus verticillata* (L.) Nicolson & C. E. Jarvis

Sinônimo: *Cissus sicyoides* L.

ERVA-BALEEIRA – *Varronia curassavica* Jacq.

Sinônimos: *Cordia curassavica* (Jacq.) Roem. & Schult.; *Cordia verbenacea* DC.

FOLHA-DA-FORTUNA – *Kalanchoe pinnata* (Lam.) Pers.

Sinônimo: *Bryophyllum calycinum* Salisb.



GERVÃO – *Stachytarpheta cayennensis* (Rich.) Vahl

Sinônimos: *Verbena cayennensis* Rich.; *Abena cayennensis* (Rich.) Hitchc.; *Lippia cylindrica* Scheele; *Stachytarpheta australis* Moldenke; *Stachytarpheta australis* var. *neocaledonica* Moldenke; *Stachytarpheta cayennensis* var. *candicans* Briq.; *Stachytarpheta cayennensis* var. *schiedeana* Loes.; *Stachytarpheta cayennensis* var. *virescens* Briq.; *Stachytarpheta dichotoma* (Ruiz & Pav.) Vahl; *Stachytarpheta dichotoma* var. *neocaledonica* (Moldenke) Moldenke; *Stachytarpheta gibberosa* Rchb.; *Stachytarpheta guatemalensis* Moldenke; *Stachytarpheta guatemalensis* var. *lundelliana* Moldenke; *Stachytarpheta hirta* Kunth; *Stachytarpheta maximiliani* var. *ciliaris* Moldenke; *Stachytarpheta subulata* Moldenke; *Stachytarpheta theezans* Rojas Acosta; *Stachytarpheta umbrosa* Kunth; *Stachytarpheta veronicifolia* Cham.; *Verbena dichotoma* Ruiz & Pav.; *Zappania cayennensis* (Rich.) Mirb.; *Zappania dichotoma* (Ruiz & Pav.) Mirb.

GOIABA – *Psidium guajava* L.

Sinônimos: *Guajava pumila* (Vahl) Kuntze; *Guajava pyrifera* (L.) Kuntze; *Psidium angustifolium* Lam.; *Psidium aromaticum* Blanco; *Psidium cujavillus* Burm. f.; *Psidium cujavus* L.; *Psidium fragrans* Macfad.; *Psidium igatemyense* Barb. Rodr.; *Psidium intermedium* Zipp. ex Blume; *Psidium pomiferum* L.; *Psidium prostratum* O. Berg; *Psidium pumilum* Vahl; *Psidium pyrifera* L.; *Psidium sapidis-simum* Jacq.; *Psidium vulgare* Rich.; *Syzygium ellipticum* K. Schum. & Lauterb.; *Myrtus guajava* (L.) Kuntze

GROSELHA – *Hibiscus sabdariffa* L.

Sinônimos: *Abelmoschus cruentus* (Bertol.) Walp.; *Furcaria sabdariffa* Ulbr.; *Hibiscus cruentus* Bertol.; *Hibiscus fraternus* L.; *Hibiscus palmatilobus* Baill.; *Sabdariffa rubra* Kostel.

INFALIVINA – *Calea pinnatifida* (R. Br.) Less.

Sinônimo: *Caleacte pinnatifida* R. Br.

JAMBOLÃO – *Syzygium cumini* (L.) Skeels

Sinônimos: *Siphoneugena aromatica* O. Berg; *Syzygium jambolanum* (Lam.) DC.

MALVARISCO – *Plectranthus amboinicus* (Lour.) Spreng.

Sinônimos: *Coleus amboinicus* Lour.; *Coleus amboinicus* var. *violaceus* Gürke; *Coleus aromaticus* Benth.; *Coleus carnosus* Hassk.; *Coleus crassifolius* Benth.; *Coleus subfrutescens* Summerh.; *Coleus suborbicularis* Zoll. & Moritz; *Coleus suganda* Blanco; *Coleus vaalae* (Forssk.) Deflers; *Majana amboinica* (Lour.) Kuntze; *Majana carnosus* (Hassk.) Kuntze; *Majana suganda* (Blanco) Kuntze; *Ocimum vaalae* Forssk.

MERTIOLATE – *Jatropha multifida* L.

Sinônimos: *Adenoropium multifidum* (L.) Pohl; *Jatropha janipha* Blanco; *Manihot multifida* (L.) Crantz



MIRRA – *Tetradenia riparia* (Hochst.) Codd

Sinônimos: *Basilicum myriostachyum* (Benth.) Kuntze; *Basilicum riparium* (Hochst.) Kuntze; *Gumira ferruginea* (A. Rich.) Kuntze; *Iboza riparia* (Hochst.) N. E. Br.; *Moschosma myriostachyum* Benth.; *Moschosma riparium* Hochst.; *Plectranthus riparius* Hochst.; *Premna ferruginea* A. Rich.

MORINGA – *Moringa oleifera* Lam.

Sinônimos: *Guilandina moringa* L.; *Hyperanthera moringa* (L.) Vahl; *Moringa zeylanica* Burmann

PANACEIA – *Solanum cernuum* Vell.

Sinônimos: *Solanum caldense* Carvalho; *Solanum jubatum* Dunal; *Solanum oliveirae* Carvalho; *Solanum paleatum* Schott ex Sendtn.

PITANGA – *Eugenia uniflora* L.

Sinônimos: *Eugenia arechavaletae* Herter; *Eugenia brunnea* (O. Berg) Nied.; *Eugenia dasyblasta* (O. Berg) Nied.; *Eugenia decidua* Merr.; *Eugenia diaphana* Kiaersk.; *Eugenia fuscopunctata* Kiaersk.; *Eugenia gracilipes* Kiaersk.; *Eugenia michelii* Lam.; *Eugenia oblongifolia* (O. Berg) Nied.; *Eugenia strigosa* (O. Berg) Arechav.; *Eugenia zeylanica* Willd.; *Luma arechavaletae* (Herter) Herter; *Luma costata* (Cambess.) Herter; *Luma dasyblasta* (O. Berg) Herter; *Luma strigosa* (O. Berg) Herter; *Myrtus brasiliensis* L.; *Myrtus willdenowii* Spreng.; *Plinia pedunculata* L. f.; *Plinia petiolata* L.; *Plinia tetrapetala* L.; *Stenocalyx affinis* O. Berg; *Stenocalyx brunneus* O. Berg; *Stenocalyx costatus* (Cambess.) O. Berg; *Stenocalyx dasyblastus* O. Berg; *Stenocalyx glaber* O. Berg; *Stenocalyx grandifolius* O. Berg; *Stenocalyx impunctatus* O. Berg; *Stenocalyx lucidus* O. Berg; *Stenocalyx michelii* (Lam.) O. Berg; *Stenocalyx oblongifolius* O. Berg; *Stenocalyx strigosus* O. Berg; *Syzygium michelii* (Lam.) Duthie; *Stenocalyx uniflorus* (L.) Kausel

PULMONÁRIA – *Stachys byzantina* K. Koch

Sinônimos: *Eriostomum lanatum* Hoffmanns. & Link; *Stachys lanata* Jacq.; *Stachys lanata* var. *parvifolia* K. Koch; *Stachys olympica* Poir.; *Stachys taurica* Zefir.

ROMÃ – *Punica granatum* L.

Sinônimos: *Punica florida* Salisb.; *Punica grandiflora* Steud.; *Punica nana* L.; *Punica spinosa* Lam.; *Rhoea punica* St.-Lag.

SABUGUEIRO – *Sambucus australis* Cham. & Schltdl.

Sinônimo: *Sambucus pentagynia* Larrañaga

SETE-SANGRIAS – *Cuphea carthagenensis* (Jacq.) J. F. Macbr.

Sinônimo: *Cuphea balsamona* Cham. et Schlecht.





Este livro foi disponibilizado no site da Editora UFPR,
em julho de 2020.

Este é o segundo livro com resultados das atividades de extensão universitária da UFPR, Setor Palotina, relacionadas ao Programa Plantas Medicinais. Foi produzido em comemoração aos 23 anos de ações voltadas à comunidade e com a finalidade de constituir uma fonte de consulta para todas as pessoas interessadas em adquirir conhecimentos e em saber um pouco mais sobre o uso correto dessas plantas. As informações aqui apresentadas foram baseadas exclusivamente em pesquisa bibliográfica realizada em artigos científicos, em publicações da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) e em obras sobre plantas medicinais ou da área da saúde. Recomenda-se que o uso de tais plantas seja sempre feito com acompanhamento médico.

ISBN 978-65-87448-22-0



**série
PESQUISA**